



INSTITUTO POLITÉCNICO DE BEJA

Escola Superior de Educação

Mestrado em Psicogerontologia Comunitária



Sexualidade e Envelhecimento: Uma análise da percepção de
pessoas idosas sobre sua sexualidade nessa fase da vida

Marcilene Tomazini Rangel

Beja

2014



INSTITUTO POLITÉCNICO DE BEJA

Escola Superior de Educação

Mestrado em Psicogerontologia Comunitária



Sexualidade e Envelhecimento: Uma análise da percepção de pessoas
idosas sobre sua sexualidade nessa fase da vida

**Dissertação de mestrado apresentada na Escola Superior de Educação do Instituto
Politécnico de Beja**

Elaborado por:
Marcilene Tomazini Rangel

Orientado por:
Professor Doutor José António Reis do Espírito Santo
Coorientado por:
Professora Doutora Adelaide Fernandes Pires Malainho

Beja
2014

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao meu orientador Professor Doutor José António Reis Espírito Santo e coorientadora Professora Doutora Adelaide Fernandes Pires Malainho, a disponibilidade de tempo sempre que lhes foram requisitados, agradeço o apoio e, sobretudo por acreditar na elaboração deste trabalho.

A Universidade Sénior: Saberes e Aprendizagens Beja Sénior, em especial à Coordenadora Engenheira Catarina Cerol e a secretária Fortunata, por permitir contactar com os alunos e por ter facultado o espaço para a realização das entrevistas necessárias à pesquisa.

Agradeço aos indivíduos entrevistados que se mostraram dispostos a colaborar, dispondo do seu tempo permitindo dessa forma a realização deste estudo.

Aos meus filhos por todo incentivo mesmo estando distantes e em especial ao Francisco pelo seu apoio incondicional.

Aos professores do Mestrado de Psicogerontologia Comunitária pelas horas que levaram elaborando de uma melhor forma as aulas ao longo do curso. Aulas que foram passadas com elevada qualidade e que nos marcaram ao longo do curso pela atenção, disponibilidade e um carinho igual para com cada aluno.

A coordenadora do curso pela sua dedicação e presença constante orientando e de alguma forma disponível para ajudar.

Agradeço em especial a Doutora Fernanda, secretária do curso do Mestrado pela atenção e apoio. E a todas as pessoas que direta ou indiretamente contribuíram para a realização desta investigação.

Dedico esse trabalho, primeiramente a Deus e a minha mãe por ter me proporcionado a dádiva da vida.

Aos meus filhos que incentivam as minhas conquistas, sobretudo para que eu possa prosseguir sejam quais forem os obstáculos, os sacrifícios impostos pelo lugar e pela situação.

SUMÁRIO

RESUMO	07
ABSTRACT	08
INTRODUÇÃO	09
1 ENQUADRAMENTO TEÓRICO	12
1.1 CONCEITO DE SEXUALIDADE	12
1.2 ENVELHECIMENTO E SEXUALIDADE	14
1.3 SEXUALIDADE E QUALIDADE DE VIDA	19
1.4 MUDANÇAS FISIOLÓGICAS NA VELHICE E REFLEXOS NA SEXUALIDADE	22
1.5 SEXUALIDADE DOS IDOSOS E PRECONCEITO	25
1.5.1 Aspectos cognitivos no comportamento sexual – Auto imagem	27
1.5.2 Crenças e Valores Envolvendo a Sexualidade e Envelhecimento	28
1.5.3 Sexualidade e religião	32
1.6 O IDOSO, A PERCEPÇÃO DE SUA SEXUALIDADE E FATORES INTERFERENTES	35
2 ESTUDO EMPÍRICO	39
2.1 DELIMITAÇÃO DA PROBLEMÁTICA	39
2.1.1 Modelo de investigação	40
2.1.2 Participantes	41
2.1.3 Instrumentos de recolha de dados	42
2.1.4 Tratamento de Dados	43
2.1.5 Procedimentos	43
3 ANÁLISE E TRATAMENTO DOS DADOS	45
3.1 ANÁLISE DE CONTEÚDO DAS ENTREVISTAS REALIZADAS	46
3.1.1 Caracterização dos entrevistados	46
3.1.2 Em torno da concepção do envelhecimento.....	48
3.1.3 Em torno do conceito de sexualidade	53
3.2 VERIFICAÇÃO DOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS	72

CONCLUSÃO.....	74
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	76
APÊNDICES	79
APÊNDICE I- Guião das entrevistas	80
APÊNDICE II- Consentimento livre e esclarecido	85
APÊNDICE III- Entrevista semi estruturada.....	87
APÊNDICE IV- Entrevistas realizadas	90

LISTA DE QUADROS

Quadro 1. Perfil dos entrevistados	46
Quadro 2. O Conceito de envelhecimento dos sujeitos	49
Quadro 3. Experiência pessoal do envelhecimento	51
Quadro 4. Conceito de sexualidade dos sujeitos	54
Quadro 5. Relação entre envelhecimento e sexualidade	56
Quadro 6. Influência do envelhecimento sobre a sexualidade e a capacidade de amar e relacionar emocionalmente	58
Quadro 7. Alterações na capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente	59
Quadro 8. Preocupações do sujeito sobre a sua sexualidade	61
Quadro 9. Fatores interferentes na sexualidade do sujeito	63
Quadro 10. Opinião dos sujeitos sobre a manifestação da sua Sexualidade	65
Quadro 11. Atividade sexual do sujeito na atualidade	67
Quadro 12. Fatores que despertam a sexualidade do sujeito	69
Quadro 13. Papel da Universidade Sénior no que respeita à sexualidade do idoso	71

RESUMO

O projeto de investigação que agora apresentamos teve por objetivo principal conhecer a percepção das pessoas idosas acerca da relação entre o processo de envelhecimento e a sua sexualidade. As questões que envolvem a temática da sexualidade das pessoas idosas continuam envoltas num complexo conjunto de fatores que muitas vezes chegam a impedir que o idoso vivencie essa parte da sua existência de forma natural. A sociedade, a saúde, a religião e a família são parte deste grupo de elementos que parecem ditar que a partir de determinado momento das suas vidas os idosos já não podem experienciar o sexo ou os sentimentos que normalmente o acompanham, o carinho, a ternura, o amor. Tendo em vista perceber a forma como os idosos vivenciam a sua sexualidade levamos a cabo um estudo de cariz qualitativo que considerou uma amostra de seis alunos da Universidade Sénior de Beja. O espaço escolhido para a seleção da amostra foi propositado precisamente porque se trata de um espaço de encontro e de convívio de pessoas já em idade de reforma. A partir da análise às entrevistas efetuadas a esta amostra não probabilística e por conveniência pudemos concluir que a sexualidade não se extingue com a chegada dos anos mais maduros e que continua a ocupar um papel de destaque na vida das pessoas mais velhas. Verificamos também que existem muitos entraves à realização plena da sexualidade após o envelhecimento.

Palavras-Chave: Envelhecimento, Sexualidade, Qualidade de vida , Preconceito

ABSTRACT

This intervention project had as principal aim assess the perception of older people about the relationship between the aging process and their sexuality. The issues surrounding the topic of sexuality of older people remain shrouded in a complex set of factors that often come to prevent the elderly to experience this part of his existence in a natural way. The society, health questions, the religion and family are part of this group of elements that seem to dictate that from some point in old people lives they can no longer experience sex or the feelings that usually accompany it, the affection, tenderness, love. Given the fact that we wanted to apprehend how seniors experience their sexuality we carry out a study of qualitative nature that considered a sample of six students from the Senior University of Beja. The space chosen for the sample selection was purposeful precisely because it is a space for meeting and socializing people already in retirement age. From the analysis of the interviews conducted for this non-probability sample we concluded that sexuality does not disappear with the arrival of elderly and continues to occupy a prominent role in the lives of older people. We also note that there are many barriers to the full realization of sexuality after aging.

Keywords: Aging; Sexuality; Quality of Life and Prejudice.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo inerente ao ser humano. Aliás, quando o ser humano nasce já começa o seu processo de envelhecimento e este é percebido geralmente de forma negativa. Isso porque, as representações sociais que comumente permeiam as relações sociais do idoso são acompanhadas, quase sempre, por preconceitos e pela associação da velhice ao aparecimento de doenças e à decrepitude.

Muitas mudanças acontecem nessa fase, mudanças estas que podem afetar o idoso emocionalmente, psicofisiologicamente e até moralmente, tais como: mudança nos padrões e papéis familiares, aposentadoria e abandono de algumas atividades sociais, luto pela perda de pessoas queridas, mudanças no corpo, entre outras. Além disso, precisam enfrentar o desprezo e rejeição da sociedade diante da idade já avançada.

A sexualidade também passa por mudanças importantes, o que é normal à medida que a pessoa envelhece. Ao amadurecer o indivíduo melhora na expressão de seus sentimentos. Na velhice, é possível afirmar que, ao contrário do que geralmente se pensa, embora haja perda em quantidade, melhora-se em qualidade em razão de experiências passadas. As alterações pelas quais passam homens e mulheres no seu processo de envelhecimento, permitem-lhes a melhor compreensão um do outro. Mas a sociedade persiste em conviver com conceitos errôneos e distorcidos no que se refere à sexualidade e prática sexual de homens e mulheres na terceira idade.

Assim, os preconceitos e estereótipos, atingem tanto os homens como as mulheres na fase mais madura das suas vidas. A sexualidade na velhice é alvo de muitos mitos e tabus impostos pela sociedade e que, em consequência, acabam reprimindo os verdadeiros sentimentos e desejos dos idosos. Os preconceitos afetam a vida sexual e os desejos das pessoas em idade avançada (Tucherman, 2008). Esse autor destaca que não é apenas a sexualidade afetada na terceira idade; em outros aspectos os preconceitos e as dificuldades são visíveis; não há serviços adequados suficientes, a aposentadoria é insuficiente, os remédios necessários são caros, o lazer é restrito. Enfim, tudo parece ser indisponível ao idoso, inclusive os espaços sociais e familiares.

As consequências são inevitáveis: sentimentos de desamparo e inutilidade, diminuição da autoestima e da autoconfiança, angústias e inseguranças. Esses sentimentos afetam o relacionamento afetivo e a sexualidade dos idosos. A sexualidade

nesta etapa da vida é depreciada. Mas esta sexualidade pode ser plenamente vivida na terceira idade, desde que se ofereça aos idosos espaços para que expressem os seus sentimentos e desejos, que se relacionem com o sexo oposto sem interferências, pois são capazes de expressar carinho, afeto, cumplicidade e companheirismo.

Os seres humanos têm necessidade de se relacionar com os outros, de se comunicar, dar e receber afeto, de amar e ser amado, de viver momentos de intimidade com o outro, independente da idade. Mas a sobrevalorização da função reprodutora e da expressão da genitalidade em detrimento das emoções, resulta na visão distorcida da sexualidade, além de uma concepção dela a partir de um conceito pobre e sem sentido (Pires, 2011). Esta autora fala da sexualidade como uma necessidade humana básica, bem como de pertencer, fundamental e natural na vida das pessoas não estando necessariamente independente da idade e da condição física. Afirma Pires (2011, p. 113): “Não se restringe apenas ao ato sexual, mas inclui o desfrutar do prazer do contacto corporal, da comunicação, da segurança emocional e do sentir-se querido”.

Assim como as pessoas mudam, a sexualidade também apresenta mudanças no decorrer da vida. Com o tempo os sujeitos amadurecem, melhoram na expressão de seus sentimentos e mesmo na sua visão da realidade e na relação com o outro. No que tange à sexualidade, essas mudanças podem ser favoráveis, pois podem contribuir para que homem e mulher descubram caminhos, para se entrosarem melhor, se comunicarem, se aproximarem e se amarem. Enfim, viver plenamente a sua sexualidade.

Existem obviamente, os fatores interferentes, alguns dos quais já foram anteriormente mencionados. Mas um aspecto positivo relacionado ao envelhecimento na atualidade, é o surgimento de espaços que objetivam integrar os idosos à sociedade, à família, propiciar-lhes condições para continuarem ativos e, especialmente, oferecer-lhes oportunidades de encontrar um objetivo na vida. Ao possibilitar o encontro entre sujeitos que passam por momentos delicados e desafiantes devido ao envelhecimento, nesses espaços podem ocorrer encontros de pessoas que se identificam, se atraem e que acabam se tornando companheiros para a troca de carinho, afeto, atenção e exercício da sexualidade.

Assim e de acordo com os objetivos previstos para essa pesquisa, o presente trabalho está organizado em tres partes: numa primeira parte temos o Enquadramento Teórico a partir do qual tentamos enunciar as principais linhas de força subjacentes ao tema e que de algum modo enquadram teoricamente o mesmo; na segunda parte temos

o Estudo Empírico, onde é composto por: 1- Delimitação da problemática; 2- Modelo de Investigação; 3- Participantes; 4- Instrumentos de Recolha de dados; 5-Tratamentos de dados. Portanto descrevemos a metodologia de estudo,elaboramos a formulação do objeto de estudo com o enunciado do problema e a definição dos objetivos, fazemos a descrição dos procedimentos metodológicos caracterizando a amostra, os instrumentos, procedimentos e tratamentos de dados.

A Apresentação e Análise dos Resultados constam do terceiro capítulo, onde se vai discutir e refletir sobre os resultados referentes às entrevistas realizadas. Por fim, apresentam-se as conclusões finais.

1 ENQUADRAMENTO TEÓRICO

*“Se se define o ser humano pela experiência, seja, pela sua maneira própria de representar o mundo...Um ser humano sem sistema sexual é tão incompreensível quanto um ser humano sem pensamento.
Há osmose entre sexualidade e existência.
A sexualidade é todo nosso ser.*

(Merleau Ponty,1975)

1.1 CONCEITO DE SEXUALIDADE

Desde a antiguidade que temas relacionados com a sexualidade são referidos nos tratados de medicina. Só a partir do século XIX recebeu maior atenção da parte da comunidade científica e um tratamento individualizado.

O conceito de sexualidade é complexo e multi dimensional, em que estão inclusos o sexo, a identidade sexual, as relações de gênero, o prazer, a intimidade e a reprodução.

A sexualidade não se restringe aos impulsos sexuais, nem aos órgãos sexuais ou ao mero ato sexual, portanto, trata da interação harmoniosa da genitalidade, da afetividade e da relação interpessoal, motivo pelo qual não é um meio de prazer apenas, é uma linguagem do ser humano, do corpo, é uma realidade humana multi dimensional que não pode ser reduzida a um único foco e tem diversas repercussões sociais. (MOSER, 2001; VIDAL, 2002; citados por Arcoverde, 2006).

Conforme refere o mesmo autor, a característica multi dimensional é comparada por Moser (2001) como janelas que se abrem ao mundo, permitindo que nosso corpo se comunique com ele e com as pessoas que nos cercam. Assim, a sexualidade envolve todos os sentidos e abrange um conjunto de experiências e emoções que se exprimem na continuidade do prazer que acompanha a nossa trajetória existencial. (CAPODIECI, 2000). O corpo, além de expressão, é fala, é linguagem; é essa janela que nos permite todo o movimento de ir e vir, ou seja, de espacialidade que ora aproxima, ora distancia o outro no processo de coexistência. Essa concepção permite que nos projetemos para e no mundo, e que esse se projete para dentro de nós,

logo não temos corpo, somos corpo, da mesma forma não temos sexo, somos sexuados (MERLEAU-PONTY, 1990).

Outra definição foi dada por Ferros (2005, p. 149, citado por VAZ 2012), a sexualidade assume-se como um aspecto central a todo ciclo de vida humana, e inclui “sexo, identidade de sexo, papéis sexuais, orientação sexual, erotismo, prazer, intimidade e reprodução [...] A sexualidade experiencia-se e expressa-se através de pensamentos, valores, comportamentos, práticas, papéis e relacionamentos[...] é influenciada pelas interações de fatores biológicos, psicológicos, sociais, econômicos, culturais, éticos, legais, históricos, religiosos e espirituais.”

A sexualidade envolve a pessoa como um todo. Ela passa pelo sentido da feminilidade ou masculinidade da pessoa. A sexualidade abrange as dimensões biológicas, psicológicas, sociológicas, espiritual e cultural da existência da pessoa. Além disso influencia os valores, as atitudes, os comportamentos, e as relações com os outros incluindo a necessidade de desenvolver relações de intimidade. (MAC LAREN 1995), cit. in POTTER, 2006; citado por VAZ 2012):

A sexualidade é uma energia que nos motiva a procurar amor, contato, ternura e intimidade; que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados; é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual; influencia também a nossa saúde física e mental” (OMS, 1993 *cit in* Vaz, 2003; LIMA, 2006).

Manifesta-se na infância, na adolescência e na velhice, ou seja, em todo ciclo vital.

Segundo Sigmund Freud, a manifestação da sexualidade está presente em todas as fases do desenvolvimento humano sob uma multiplicidade de formas, é a libido, ou seja, a energia sexual em diferentes partes do corpo.

Sob a ótica da psicanálise, já existe manifestação da sexualidade a partir do nascimento. Na criança ela vai se fixando em regiões erógenas diversas por apresentarem diferentes necessidades fisiológicas que podem mais tarde se separar da sexualidade. Segundo essas necessidades, verificamos no desenvolvimento infantil, cinco fases ou etapas: a anal, a oral, a fálica, a edípica e a de latência. (FREUD, 1979; citado por ARCOVERDE, 2006). Complementarmente, a sexualidade “(...) nasce, cresce e evolui com o ser humano, sendo por isso necessária para a realização plena, como pessoa, de todo o indivíduo. O amor e prazer que daí se retira não terminam com

o envelhecimento” (VICENT *et al* 2005, p. 66), pelo contrário, ela acompanha todos os estádios desde o nascimento até à morte.

Desde modo, “pode-se aceitar como natural que a sexualidade mude com a idade, como acontece com todas as demais funções da personalidade”, questionando-se sim a expectativa de um desempenho sexual equivalente ao que registravam enquanto jovens (GAIARSA, 1986, 56/57). No entanto, a atividade sexual é um exercício fisiológico, a par da digestão, da respiração ou algumas outras que naturalmente fazem parte de todo o ciclo evolutivo do ser humano.

Para muitas pessoas de mais idade, a sexualidade oferece a oportunidade não apenas de expressar paixão, mas afeto, estima e lealdade. Fornece provas afirmativas de que se pode contar com o corpo e seu funcionamento. Permite que as pessoas se afirmem positivamente. Traz consigo a possibilidade de emoção e romance. Expressa a alegria de estar vivo. Oferece um constante desafio ao crescimento e mudanças para novas direções. (BUTLER, 1985).

1.2 ENVELHECIMENTO E SEXUALIDADE

De acordo com Papaleo Netto (2002), o envelhecimento pode ser entendido como um processo dinâmico e progressivo, acompanhado de alterações biológicas, psicológicas e sociais que determinam progressivamente a redução da capacidade de adaptação do ser humano ao meio ambiente, fragilizando seu estado de saúde e, conseqüentemente, levando-o à morte. O processo de envelhecimento se inicia já na vida intra-uterina, desenvolvendo-se por todo o ciclo vital até a morte.

Sendo assim, é pertinente a visão de Portella (2004, p. 11) para quem

envelhecer é um processo tão natural e esperado quanto nascer, crescer e mudar. Mudar no sentido de sofrer transformações acompanhadas de alterações, que vão da aparência física ao comportamento e aos papéis sociais, passando por experiências e relações estabelecidas ao longo dos anos.

Na velhice, assim como nas fases anteriores do amadurecimento humano, ocorrem transformações nos aspectos biológico, emocional e sexual. Conforme análise de Santos (2003), a maneira como cada pessoa envelhece depende de suas condições subjetivas de vida, incluindo-se neste contexto, a forma como foi vivenciada sua história pessoal, as condições socioculturais e, até mesmo, os prazeres da vida que

foram deixados para a velhice, para a aposentadoria, quando se supõe que o tempo será ideal para isso.

Em relação à sexualidade, mudanças importantes também acontecem quando a pessoa envelhece. Segundo Negreiros (2004), a sexualidade percebida como energia, libido pode ser caracterizada pela capacidade de se ligar às pessoas, objetos, ideias, ideais e à vida. Embora inclua a atividade sexual, não se resume no sexo. Sendo assim, cada indivíduo procura o seu complemento. A este desejo dá-se o nome de amor, que envolve tanto a busca do prazer sexual como pela satisfação de necessidades emocionais diversas, entre as quais admiração, companheirismo, amizade, cumplicidade e outras. Esta busca caracteriza a sexualidade em seu sentido lato. Assim, Negreiros (2004, p. 77) considera que: “Sexo não é sexualidade, embora represente uma de suas importantes dimensões e muitas vezes se use ainda, na linguagem corrente, os dois termos como sinônimos”.

Outro aspecto ressaltado por Miranda (2005), no que tange à sexualidade dos idosos, trata-se do controle do corpo, também entendido como espaço da atuação institucional. Os corpos expressam o desejo de namorar e fogem aos princípios socialmente aceitos para a idade avançada. Embora haja uma preocupação com os idosos atualmente em decorrência do aumento crescente da expectativa de vida do ser humano, essa consciência é ainda fragmentada e pouco abrangente na sociedade atual. Isto porque, as informações capazes de gerar uma reflexão sobre a condição sexual das pessoas idosas ainda estão restritas aos espaços acadêmicos, político e econômico, cujas discussões não têm gerado contribuições efetivas a este segmento social.

A dificuldade de reconhecer e aceitar a sexualidade da pessoa idosa é consequência de fatores valorativos, resultantes da interpretação sociocultural, que se consubstanciou em mitos associados a corpos perfeitos esculpidos em academias, ao vigor físico e à juventude. A esta interpretação, associam-se aquelas preconizadas pelo campo de conhecimento biológico, que geralmente transforma essa experiência humana em dispositivo de controle social, para o que contribui, também, o sistema de produção de trabalho. O resultado é a delimitação dos espaços psicossociais para o reconhecimento desta necessidade vital do ser humano nessa fase da vida (MIRANDA, 2005).

Conforme análise de Butler e Lewis (1985), a sexualidade passa por mudanças no decorrer do tempo, visto que as pessoas mudam, isto é, amadurecem e melhoram na forma de expressar seus sentimentos. Na velhice, com relação à atividade

sexual, pode-se dizer que há uma perda em quantidade, mas se ganha em qualidade em virtude de experiências passadas. As alterações ocorridas na sexualidade, ao longo dos anos, oportunizam ao homem e à mulher a melhor compreensão um do outro. É como sentir o que o outro sente, o que propicia momentos de aproximação e de máximo entrosamento, de viver a sexualidade de modo pleno.

Além dos fatores fisiológicos, fatores psicológicos exercem influências determinantes na evolução da sexualidade. No que se refere ao comportamento sexual humano, não é fácil separar os fatores psicológicos dos socioculturais que influenciam e condicionam a psicologia dos idosos. A sexualidade é parte integrante do ser humano e faz parte dele durante toda a sua vida, desde a infância até a morte (Rodrigues, 2008). Neste contexto, a sexualidade pode ser vista “como um processo contínuo que se modifica com o envelhecimento, com o assumir de novos papéis na vida, com a interação com outras pessoas e com o meio ambiente” (BLACK; JACOBS, 1996 citado in MIXÃO; BORGES, 2006, p. 19).

De acordo com Bodachne (1996), a atividade sexual é determinada, em certo ponto, pela prática e vai diminuindo ou aumentando conforme o treinamento e até mesmo pelo interesse. Devido a causas diversas, algumas pessoas podem apresentar um estado fisiológico e psicológico de distanciamento do sexo, bem como de tudo que se refere a ele. A forma como as pessoas vivem sua sexualidade expressa sua maneira de ser. Em qualquer idade é tempo de se viver, de expressar a singularidade dentro do universo coletivo, evidenciando que, para cada pessoa, há um começo e um fim próprio.

Mas, conforme destaca Ribeiro (2002), o assunto é mais amplo do que se pensa e mesmo do quanto eles próprios pensam. O problema é a existência do mito da velhice assexuada, e a consequência para a pessoa idosa que expressa sua sexualidade com naturalidade, a imagem de uma pessoa com desvio. Esse é um aspecto que pode interferir na expressão e vivência da sexualidade na velhice.

No contexto familiar, geralmente os filhos são os primeiros a negar a sexualidade dos pais, interpretando qualquer manifestação neste sentido como algo depreciativo e até mesmo como sinal de infantilização ou demência. Segundo Ribeiro (2002, p. 125), são comuns na idade avançada, as manifestações de perversões e anomalias sexuais, geralmente mal interpretadas. Isto acontece, sobretudo, com pessoas que vivem sozinhas ou institucionalizadas. O autor destaca, ainda, que os familiares concebem a sexualidade como sinônima de atividade sexual e em razão de suas limitações fisiológicas, os idosos são vistos como assexuados.

Apesar dessa visão distorcida, existem fatores psicosssexuais que condicionam a atividade sexual na velhice, tais como: menopausa e andropausa; envelhecimento; temor de não ser bem sucedido nas relações genitais; medo de não proporcionar prazer ao parceiro; esgotamento mental; história sexual anteriormente vivida; atitude negativa em relação à sexualidade, resultando no desinteresse; insatisfação sexual em etapas anteriores da vida; visão da sexualidade reduzida ao ato sexual; desconhecimento das alterações fisiológicas decorrentes da idade (SANCHES, 1999).

O autor acima citado destaca alguns fatores sociais que influem na sexualidade dos idosos: associação de sexualidade com matrimônio; exclusão das mulheres idosas da revolução sexual feminina; padrões sociais impostos e interiorizados; situação econômica difícil, gerando constantes preocupações; o abandono do trabalho com reflexos negativos para o homem; condições físicas desfavoráveis, bem como limitações na saúde diminuindo o desejo sexual; dificuldades para encontrar um companheiro, especialmente entre as mulheres; dura vida de trabalho; prioridade ao modelo sexual juvenil divulgado pelos meios de comunicação, marginalizando as faixas etárias mais avançadas, entre outros.

Outros fatores que impedem a atividade sexual na velhice são: sentimento de incapacidade sexual; prioridade ou falta de comunicação entre companheiros; inconformidade com a viuvez; falsas crenças; marginalização das pessoas idosas no que tange ao sexo, consequências psicológicas da aposentadoria; relações sexuais pouco satisfatórias e/ou monótonas; início tardio da atividade sexual; interrupção prolongada da vida sexual; preconceito dos filhos e da família em geral, entre outras (SANCHES, 1999).

Conforme destacam Almeida e Lourenço (2007), o declínio, sobretudo físico, é a principal característica atribuída à velhice, resultando em mudanças sociais e psicológicas. Em vista disto, os autores afirmam:

Em algumas situações, os idosos se excluem das atividades sociais, alegando a idade como pretexto para se vitimarem e se sentirem inúteis perante a sociedade, acreditando também não ser mais capaz de manter um relacionamento ou de começar um novo. Dessa forma, muitas vezes a sociedade também contribui para que o idoso tenha percepção de menos valia, porque as pessoas de mais idade sempre foram imaginadas como aquelas que estão se despedindo da vida. Deduz-se então, incorretamente, que por ter se aposentado do seu trabalho, de sua função, o idoso se aposentou da vida. Esse preconceito se estende para outros domínios da vida do ser humano e, consequentemente, priva os idosos de várias oportunidades,

como o amor, a sexualidade e o lazer (ALMEIDA e LOURENÇO, 2007, p. 3).

Na sociedade atual, muitas práticas são ditadas pelos jovens e adultos, como no caso das manifestações amorosas. Estas são consideradas normais e até mesmo bonitas, se praticadas por um casal jovem. Mas aos idosos não se permite ou não se admite tais manifestações. De acordo com Almeida e Lourenço (2007), a possibilidade de um relacionamento físico e amoroso na terceira idade sequer é levada em consideração, sendo que esse preconceito dos mais jovens tem reflexos negativos sobre os idosos, que não se sentem bem ou à vontade para expressar ou mesmo vivenciar esses sentimentos. Em consequência, os próprios idosos interiorizam esse preconceito e acabam relegados ao amor platônico ou à abstinência sexual. Assim, pode até acontecer o desejo de ir ao encontro do outro, de amar e ser amado, por parte dos idosos, mas não há motivação suficiente nesse sentido, pois acreditam se o fizerem serão estigmatizados como pervertidos.

A falta de informações e de compreensão sobre a sexualidade na terceira idade está entre os fatores que contribuem para o preconceito envolvendo essa questão. Conforme esclarece Risman (2005), é a escassez de informações sobre o processo de envelhecimento, bem como das mudanças na sexualidade em diferentes faixas etárias, especialmente na velhice é que tem contribuindo para tantos preconceitos e, consequentemente, para estagnações das atividades sexuais de muitas pessoas com idade avançada. A visão restrita no que tange à sexualidade e à velhice leva as pessoas e a sociedade em geral a ver essa fase da vida como um período de assexualidade, um período em que os idosos deveriam se ocupar de atividades consideradas próprias para eles, como cuidador dos netos, por exemplo.

Entretanto, uma visão mais positiva e produtiva envolvendo o envelhecimento começa a surgir com força nos dias atuais em razão de diversos fatores, mas, especialmente, devido ao crescimento do número de idosos no mundo inteiro. Diante dessa realidade, uma maior informação e conscientização da sociedade são imprescindíveis, pois se isso não for feito é provável que outras gerações ao entrarem na velhice, reivindicarão o direito à sexualidade na meia-idade e na idade mais avançada (ALMEIDA e LOURENÇO, 2007). É importante considerar que o amor e a vivência da sexualidade podem resultar em momentos de alegria, prazer e realização para os idosos,

pois, já têm a seu favor a experiência, carinho, afeto e admiração por alguém de forma mais plena.

1.3 SEXUALIDADE E QUALIDADE DE VIDA

Com o aumento do número de idosos no mundo todo, muito se tem falado sobre qualidade de vida na velhice. Mas uma questão que se coloca é o conceito de qualidade de vida. Apesar de esta expressão ser constantemente mencionada, nem sempre se faz referências ao que vem a ser e como promovê-la. Devido à falta de consenso sobre seu conceito que se acredita ser abrangente e subjetivo, conclui-se que o conceito de qualidade de vida se fundamenta numa noção polissêmica que varia conforme o momento histórico, o nível sócio-cultural ocupado pelo indivíduo e mesmo a faixa etária.

De um modo geral a qualidade de vida é considerada e definida em função do desenvolvimento das potencialidades ou capacidades do indivíduo no contexto em que está inserido. E reflete, ainda, a percepção individual das necessidades satisfeitas e das oportunidades que estão sendo negadas (LIMA, 2008).

Além disso, não envolve apenas a presença ou ausência de saúde e doença, pois a vida não se resume a esses aspectos. Diversos elementos contribuem para a avaliação da qualidade de vida, como: experiências vividas no decorrer da vida, relacionamentos familiares e sociais, saúde física e mental, posição do indivíduo no contexto familiar, entre outros.

Conforme destacam Pereira e Cols (2006), citados por Lima (2008, p. 21),

a qualidade de vida deve ser avaliada em três níveis: o da satisfação geral do indivíduo com a vida e sua percepção de bem-estar; o dos domínios da qualidade de vida separadamente, isto é, se em cada domínio o indivíduo vivencia satisfação; e o nível das facetas de cada domínio.

Na velhice considerar a qualidade de vida, além de relevante, suscita o questionamento de estereótipos e preconceitos que associam velhice e doença, muitas vezes não se percebendo a velhice como uma etapa da vida em que é possível o bem-estar físico, psicológico e social (FLECK *et al.*, 2003, citados por LIMA, 2008). O facto é que distorções inseridas no contexto sociocultural impedem que a velhice seja vista

como realmente é, uma fase com seus ganhos e perdas. Neste contexto, é preciso reconhecer que

uma velhice bem-sucedida e uma velhice patológica vão depender da história de desenvolvimento que é marcada por diversos fatores: genético-biológicos, psicológicos e socioculturais, controláveis e não-controláveis pelo indivíduo e seu meio psicossocial (Paschoal, 2006 citado por LIMA, 2008, p. 27).

Para combater a visão estereotipada, preconceituosa e limitada do envelhecimento, a gerontologia vem ampliando os seus estudos e pesquisas realizadas com a finalidade de mostrar que a velhice é parte integrante de um processo contínuo da vida, e que as condições genéticas, ambientais e comportamentais, bem como fatores intrínsecos, situacionais e da história de vida dos indivíduos, influenciam positiva ou negativamente o envelhecimento (PASCHOAL, 2006; NERI *et al.*, 2006 citados por LIMA, 2008).

Já outros estudos (BLANE *et al.*, 2004; XAVIER *et al.*, 2003), conforme destaca Lima (2008), determinam diferentes requisitos para a avaliação da qualidade de vida dos idosos, tais como: controle, autonomia, auto-realização e prazer. Desse modo, “a qualidade de vida envolve controle do ambiente, autonomia para realizar o que desejar ter auto-realização a partir de objetivos alcançados e ter atividades que proporcionem prazer” (LIMA, 2008, p. 28). Outros fatores, como: aumento da expectativa de vida, a não responsabilidade em ter que formar uma família, a aposentadoria e a ausência de dependência física é fundamental para que o idoso usufrua de uma qualidade de vida.

Por outro lado, aspectos como a não elaboração de perdas antigas; privações materiais e psicossociais na infância; altos índices de stress no ambiente de trabalho; o contacto com a família; suporte financeiro razoável, são fatores que precisam ser levados em consideração ao se avaliar a qualidade de vida dos idosos, pois se não bem resolvidos podem comprometê-la. De acordo com os autores analisados por Lima (2008), a trajetória de vida do indivíduo tem papel ou influência importante no modo como ele vai viver sua velhice, além daqueles inerentes a essa fase da vida - situação financeira desfavorável, saúde frágil e dependência física.

Idosos que estão em condições de vida desfavorável não usufruem de uma qualidade de vida. Mas, privações na infância e pouco suporte financeiro podem não interferir na qualidade de vida do idoso visto que, apesar de dependentes, muitos

idosos podem construir um envelhecimento bem-sucedido, pois “lidar e enfrentar os eventos produtores de dependência; incorporar a dependência, aceita-lá e se adaptar ela quando e onde necessário – e evitá-la quando desnecessária é parte integral do envelhecimento bem sucedido” (BALTES, 1996, p. 23 citada por LIMA, 2008, p. 28-29). É importante destacar, ainda, que situações de privação e baixas condições financeiras também podem ser enfrentadas de uma forma mais positiva e superadas.

Outro fator que pode ser considerado quando se faz referência à qualidade de vida na velhice é a sexualidade. Esta faz parte da natureza e corresponde à necessidade de ordem fisiológica e emocional. Manifesta-se de forma distinta nas diferentes fases do desenvolvimento humano, sendo sua expressão determinada pela maturidade orgânica e mental. Constitui-se numa forma de comunicação que resulta em prazer, bem-estar, auto-estima e na busca de uma relação íntima, em que o amor e o desejo são compartilhados com outra pessoa para criar laços mais intensos (RAMOS e GONZÁLEZ, 1994, citados por VAZ, 2012).

Uma ideia bastante difundida na sociedade é que com o passar dos anos o indivíduo deixa de ter um desempenho sexual satisfatório, por não ter mais as mesmas condições de desejo e prazer sexuais, sendo visto até mesmo como um ser assexuado, cujas lembranças de uma vida sexual são aquelas do passado.

A sexualidade é um fator importante, com impacto significativo sobre a qualidade de vida não importando a idade da pessoa. Sentirem-se sexualmente ativos significa para homens e mulheres na velhice estarem vivos, expressando sentimentos e, além disso, essas pessoas têm bem menos problemas físicos e psicológicos (VAZ, 2012).

Embora a sexualidade se manifeste de formas diferentes nos indivíduos, ela está presente ao longo de toda sua vida. Certamente que a sexualidade nos idosos não é a mesma de quando eram jovens, mas para vivê-la sem temor e com qualidade é preciso assumi-la. Geralmente, com o envelhecimento ocorre uma redução das manifestações da sexualidade e, se na juventude a gratificação é obtida com a quantidade, na velhice prioriza-se a qualidade.

Com base nas análises de Dantas (2002) e Black e Jacob (1996), Vaz (2012) explica que o sexo na terceira idade traz satisfação física, reafirma a identidade e estimula sensações de aconchego, afeto, amor e carinho. As pessoas precisam de intimidade e contato físico durante toda vida e isso é possível visto que a capacidade de manter relações sexuais e a sexualidade não acaba com o envelhecimento. Nessa fase a

função sexual passará por mudanças juntamente com o declínio de outras funções biológicas e alterações emocionais típicas da própria idade (GAVIÃO, 2005; citado por VAZ, 2012). De acordo com Vaz (op. cit.), a sexualidade na velhice é simples e, ao mesmo, tempo complexa em função do envelhecimento do corpo, das modificações na anatomia e fisiologia sexual. Mas apesar disso, a capacidade de trocar carícias e afeto e até mesmo manter relações sexuais, permanece até o fim da vida.

1.4 MUDANÇAS FISIOLÓGICAS NA VELHICE E REFLEXOS NA SEXUALIDADE

Em todas as fases da vida as pessoas passam por mudanças físicas, psicológicas, biológicas e fisiológicas. Mas essas mudanças ficam mais evidentes na velhice. As mudanças fisiológicas resultam do envelhecimento celular associado à constituição genética, no entanto, fatores comportamentais e o estilo de vida que se tem desde a infância influenciam diretamente sobre a qualidade de vida das pessoas (PAPALIA, 2006).

No que se referem ao funcionamento sensório-motor, as mudanças acontecem gradualmente como é, por exemplo, a visão, cuja perda é natural com idade; da audição, em consequência da exposição prolongada a ruídos e barulho nas cidades. Ocorre, ainda, certa perda gustativa, olfativa, tátil e na sensibilidade à dor, não deixando de considerar que a variabilidade desses quadros está relacionada ao estilo de vida e às características genéticas de cada pessoa (PAPALIA, 2006).

Outra perda significativa é a da força e coordenação, o que se explica pelo aumento do percentual de gordura e da diminuição da massa muscular, apesar de que essa situação possa ser amenizada pela prática regular de exercícios físicos e adoção de uma dieta balanceada.

Na aparência física as mudanças são significativas. A pele já não é tão tesa e lisa, se tornando flácida e enrugada; os cabelos ficam mais ralos em razão da menor taxa de substituição, e brancos devido à diminuição na produção de melanina no corpo; o ganho de peso acontece com frequência por causa do acúmulo de gordura no corpo e alguns idosos podem ter a altura reduzida em consequência de contrações da coluna. Outra ocorrência comum nessa fase da vida é a perda óssea, especialmente nas mulheres, cuja perda é duas vezes mais rápida que nos homens. No que tange à

imunidade, esta tende a diminuir e o sono ficar menos profundo (PAPALIA, 2006). Todos esses fatores podem contribuir para a diminuição do vigor físico. Embora na velhice ocorram perdas naturais e a maior probabilidade de adoecimento, envelhecimento não significa que o sujeito entrou nesse processo.

Um aspecto fundamental no que se refere às mudanças na velhice envolve os relacionamentos interpessoais. Assim como em qualquer fase da vida, também nesse período, a manutenção de vínculos de companheirismo, amizade e amorosos contribui na formação da identidade da pessoa, bem como ajuda a fortalecer sua autoestima. E um aspecto nesse sentido é que, geralmente, as pessoas tornam-se mais seletivas, priorizam vínculos de qualidade, enfim, privilegiam a qualidade e não a quantidade (COSTA, 2008).

Neste contexto, o indivíduo começa a refletir sobre seu próprio corpo que envelhece, deparando-se com uma nova imagem corporal, com novos limites e possibilidades. Ele passa a se ver de um modo diferente e mesmo a questionar se é alguém desejável ou não para o outro. Desse modo, a tomada de consciência desse novo corpo irá influenciar significativamente na auto imagem e na maneira como o sujeito vai vivenciar sua sexualidade.

Quanto às mudanças que influenciam a sexualidade das mulheres, tem-se a menopausa, que se caracteriza como um período longo e heterogêneo, assinalando a transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva (Fleury, 2004). A ausência da menstruação é um momento delicado no que tange à sexualidade, visto que as mulheres perdem a fertilidade, facto que pode resultar em fragilidade, sentimentos de menos valia inferioridade e até mesmo sensação de inutilidade (COSTA, 2008).

De acordo com diversos estudos, alguns dos quais citados por Costa (2008), como Ciornai (1999), Kamkhagi (2007), Fleury (2004), Bento *et al.* (2007) e Lorenzi, Saciloto (2006), nesse período a mulher pode sofrer com a diminuição do desejo sexual, muitas vezes em consequência da baixa autoestima por não se sentir mais tão atraente e desejável, pois nesse período ganha peso e sofre com outras alterações, como diminuição da libido, mudanças na pele, distúrbios do sono e insônia, irritabilidade, depressão, ansiedade e osteoporose, entre outras. Algumas mulheres percebem a chegada da menopausa como perda do principal objetivo do sexo: a reprodução. E isso pode afetar significativamente o exercício da sexualidade, devido a eventuais sentimentos de culpa em relação aos desejos sexuais, especialmente porque a mulher realiza uma construção do envelhecimento mais negativa que os homens.

Quanto aos homens, uma situação usada para explicar as mudanças que enfrentam na velhice é a andropausa, termo que vem sendo cada vez mais utilizada para referenciar um conjunto de sintomas como perda de energia, depressão, diminuição da libido e disfunção erétil em algum grau, que acontecem naturalmente no homem que envelhece, principalmente após os cinquenta anos de idade, quando ocorre uma diminuição gradual no nível de testosterona. Na andropausa, assim como na menopausa constata-se a existência de uma deficiência hormonal secundária a uma falência gonadal. Além disso, tem-se comprovado a relação direta entre o processo de envelhecimento do homem e a diminuição gradual da produção androgênica. Esse processo de envelhecimento masculino e suas alterações no comportamento sexual são denominados, na área da urologia, de Deficiência Androgênica no Envelhecimento Masculino-DAEM (cf.COSTA, 2008).

Entre as mudanças naturais fisiológicas que se observam nos homens com o envelhecimento são o aumento do tempo para obtenção da ereção e necessidade de maiores estímulos para mantê-la; redução do número de ereções noturnas involuntárias; o aumento do período retratação e consequente retardo da ejaculação; diminuição na quantidade de espermatozoides, que continua sendo produzido até aos cem anos de idade; diminuição do líquido pré-ejaculatório; aumento do tamanho da próstata, mas sem interferência direta na quantidade e/ou qualidade da atividade sexual, diminuição da atividade sexual com o passar dos anos, apesar da manutenção de níveis normais de hormônios sexuais (BENTO, GONÇALVES e PRIZMIC, 2007; KAMKHAGI, 2007; ALEOTTI, 2004). Apesar de todas essas mudanças, Pires (2011) com base na análise de diversos autores (MCKARTNEY *et al.*, 1987; VAZ e NODIN, 2005; SÁNCHEZ e ULACIA, 1998; GARCIA, 2005), afirma que:

A forma e intensidade como cada um vive a sexualidade depende, em grande parte, da forma como a viveu durante a sua vida. Trata-se de manter o contínuo da sua existência. Isto é, se no passado a sexualidade desempenhava um papel importante na vida da pessoa, na velhice a relevância dessas atividades mantém-se. Portanto, não é verdade que o envelhecimento proporcione uma diminuição do interesse na sexualidade. Aspectos essenciais como este, a identidade, o papel de gênero, a capacidade de enamoramento e afeto, a capacidade de intimidade e compromisso, de dar e receber prazer, não tem justificativa para diminuir na velhice, podendo, em muitos casos, até melhorar! Assim, ainda que com o avançar da idade a atividade sexual possa diminuir, o interesse e a capacidade de viver uma sexualidade satisfatória mantém-se, adaptando-se através de diferentes formas de expressão (PIRES, 2011, p. 113).

Com base nessa análise percebe-se que o processo de envelhecimento não marca o fim da sexualidade, mas nessa fase ela pode ser vivenciada com satisfação, alegria, amor. E o resultado, com certeza, pode ser tanto o equilíbrio físico como também psicológico e emocional. Além disso, viver assim a sexualidade na velhice permite vencer o preconceito e derrubar estereótipos, principalmente aquele bastante difundido na sociedade atual: de que a sexualidade na velhice não existe.

1.5 SEXUALIDADE DOS IDOSOS E PRECONCEITO

As pessoas idosas, assim como outros grupos sociais (negros, grupos sócio economicamente desfavorecidos, pessoas com deficiências etc.) são vítimas de preconceito, tanto por sua condição, pois os idosos são considerados como um estorvo, no que se refere à sua sexualidade, que é negada ou ignorada pela sociedade e pela família. A sociedade está repleta de conceitos errôneos e/ou distorcidos a respeito da sexualidade e da prática sexual do homem e da mulher na velhice. Isso está evidente na abordagem de Figer (2012, p. 2-3):

Em linhas gerais, a relação sexual tem sido considerada uma atividade própria das pessoas jovens, com boa saúde e fisicamente atraentes. A ideia de que pessoas de idade avançada também possam manter relações sexuais não é culturalmente muito bem aceita, preferindo-se ignorar e fazer desaparecer do imaginário coletivo a sexualidade da pessoa idosa. Como a sexualidade no idoso não pode ser associada à procriação, há uma tendência geral a negá-la ou ignorá-la, muitas vezes por forte influência religiosa. Tanto quanto ou mais que na infância, a sociedade impõe que a sexualidade deva ser totalmente ignorada na velhice.

A despeito das barreiras impostas pela cultura, não se pode negar, que na velhice, homens e mulheres mantêm a necessidade psicológica de uma atividade sexual continuada e de vivenciar sua sexualidade com satisfação, alegria e liberdade. Em razão do desconhecimento e da pressão cultural, muitas pessoas de idade avançada e que ainda têm um desejo sexual intenso, acabam com um sentimento de culpa e vergonha e até mesmo se considerando “anormais” por sentirem vontade de ter prazer sexual.

Os seres humanos nascem como sujeitos sexuados e desfrutam de sexo/sexualidade de forma diferente, conforme cada etapa da vida, mas a sociedade como um todo, e as pessoas de modo individual, não têm essa percepção e consideram o

sexo/sexualidade como algo inerente aos jovens impondo aos mais velhos o amor platônico ou a abstinência sexual (BONANÇA, 2008).

É nesse contexto que surgem os estereótipos relacionados ao processo do envelhecimento e à sexualidade do idoso. A crença na progressiva e generalizada incompetência, bem como na impotência sexual dos idosos está inscrita nesses estereótipos (Vasconcellos *et al.*, 2004). Estes, juntamente com a falta de informação, levam as pessoas a uma atitude pessimista e preconceituosa em relação à sexualidade na velhice (MOLLETA, 2007).

A falta de informação, o preconceito, as crenças e valores sociais, reforçam o mito da velhice assexuada e, conseqüentemente, a imagem negativa do idoso que expressa sua sexualidade com naturalidade, considerando-se isso como um desvio ou um ato insano em virtude de suas características físicas (Ribeiro, 2002). Essa visão estigmatizada da sexualidade na velhice, tem reflexos na atitude de muitos idosos, que acabam limitando ou extinguindo sua vida sexual. Em vista disso, é preciso se ter claro que o envelhecimento, embora resulte em modificações importantes de ordem física e emocional, os sentimentos e as sensações não se deterioram, de modo que a sexualidade pode ser vivida até o fim da vida.

Mas o que se tem visto é que mulheres e homens idosos têm sido vítimas dos preconceitos tanto da sociedade quanto de seus familiares, são obrigados a reprimir seus prazeres e encaixar-se dentro de um padrão de vida que a sociedade impõe. O preconceito, portanto, conforme analisa Bonança (2008), cumpre o papel de frear a sexualidade dos idosos, estabelecerem um tabu e impedir a percepção de que todos podem ser sexualmente ativos, dando e recebendo prazer durante toda a vida, ainda que de maneira das pessoas apresenta uma diminuição das atividades sexuais, mas isso não significa perda na capacidade de amar, de dar e receber prazer e afeto.

Um aspecto que reflete o preconceito, à sexualidade na velhice está no culto ao corpo perfeito divulgado pela mídia, geralmente relacionado à tecnologia e à medicina estética que mostram técnicas e produtos indicados para o rejuvenescimento, com pele sem rugas, o fim dos cabelos brancos, o corpo atlético e em forma. Alia-se, portanto, saúde e beleza a um modelo jovem e, em consequência, os sinais do envelhecimento acabam se tornando estigmatizantes, dando a impressão que esses sinais são resultado de um estilo de vida inadequado (Macedo; Jublikowski, 2000). O próprio idoso pode, assim, desenvolver preconceito em relação ao seu corpo envelhecido, influenciado por esses estigmas, percebendo a sua sexualidade de forma negativa.

1.5.1 Aspectos cognitivos no comportamento sexual – Auto imagem

A imagem corporal é a maneira pela qual o corpo se apresenta para si próprio. O termo Imagem Corporal vem sendo usado frequentemente tendo como foco de investigação o corpo humano.

Tavares (2003) refere que a compreensão do conceito de Imagem Corporal está vinculada ao significado dos termos imagens e corpo e que sua definição não é simplesmente uma questão de linguagem, tem uma dimensão muito maior, se pensarmos na subjetividade de cada indivíduo.

As pessoas aprendem a avaliar seus corpos através da interação com o ambiente, assim sua auto imagem é desenvolvida e reavaliada continuamente durante a vida inteira, mas devido as necessidades de ordem social, somos pressionados em numerosas circunstâncias a concretizar, em nosso corpo, o corpo ideal de nossa cultura.

Essa imagem remete de algum modo, ao sentido das imagens corporais que circulam na comunidade e se constroem a partir de diversos relacionamentos que ali se estabelecem. Isto significa que em qualquer grupo sempre existe uma imagem social do corpo que é, portanto, um símbolo que provoca sentimentos de identificação ou rejeição dos sujeitos em relação a determinadas imagens. (TAVARES, 2003).

Na cultura ocidental atual, o conceito de beleza, está associado ao corpo belo, à juventude, como se o belo fosse necessariamente igual a ser jovem e ter um corpo perfeito que a atual sociedade exige. Talvez por isso em nossa sociedade nos últimos tempos tenha havido um aumento na procura das cirurgias de rejuvenescimento e no consumo de medicamentos para emagrecer.

Com isto, esse processo tem um impacto negativo sobre a autoimagem, principalmente das mulheres que se sentem obrigadas a terem um corpo magro, atrativo, em forma e jovem.

Essa imagem corporal negativa, pode determinar o aparecimento de frustração, causando uma baixa autoestima em pessoas de mais idade chegando a manifestar em alguns indivíduos a depressão, ou seja, sofrimento.

Segundo Nunes (1987), para maior parte das mulheres o corpo situa-se no centro da heterossexualidade e é um mediador importante no contexto das trocas emocionais e afetivas entre um homem e uma mulher. Para a mulher, em cada momento da sua vida, é muito importante a forma como pensa e visualiza o seu corpo.

Evidentemente, a construção da imagem corporal surge como resultante dos comportamentos e reações do seu parceiro, que tanto pode reforçar a auto imagem da mulher, quando sinaliza que a deseja, quando é capaz de a apreciar nos seus contributos físicos ou em relação às ações que ela empreende sobre seu próprio corpo, como pode concorrer para ajudar a mulher a distorcer negativamente a imagem que tem do seu próprio corpo, quando a agride, quando ameaça a abandoná-la, quando a confronta com o desejo de substituí-la, sexual ou emocionalmente (Nunes, 1987).

Segundo o mesmo ator, essa sensação de que o seu corpo já não é desejado pode inibir a resposta orgástica, talvez através do receio de vivenciar reações emocionais intensas, associadas a perda de controle protegendo-se assim, da intimidade sexual com alguém que mais tarde pode vir feri-la pelo abandono ou pela substituição.

Quando a mulher não se sente bem consigo própria, quando se olha no espelho e não gosta do que vê, esta perante uma baixa auto estima, sendo que esta pode ser prejudicial tanto para a satisfação com a vida, a satisfação conjugal como também sexual.

As mudanças óbvias na aparência e na função corpórea que acontecem durante o processo de envelhecimento, trazem a necessidade para o indivíduo que envelhece de se adaptar à nova imagem do corpo.

1.5.2 Crenças e Valores Envolvendo a Sexualidade e Envelhecimento

Diversas pesquisas, das quais algumas serão aqui mencionadas, mostram que a maneira como as pessoas percebem seu envelhecimento pode ter reflexos diretos na sua vida sexual e sexualidade. Sendo assim, ao considerar a experiência sexual de adultos e de idosos é preciso analisar as crenças e os valores relacionados às concepções de envelhecimento e sexualidade.

Os indivíduos constroem seus valores e crenças no decorrer de sua vida, desde a infância, sendo a família o agente psicossocial que lhes assegura o sentimento de pertinência e diferenciação e, também, sua inserção social ou socialização, que não é, em absoluto, um simples processo de introjeção passiva (cf. MINUCHINI, 1990 citado por COSTA, 2008). Neste período, a adolescência é uma fase complexa e de questionamento dos valores familiares e sociais. Os adolescentes constroem os próprios valores que permitirão sua inserção no mundo adulto, valores estes que podem ser constantemente revistos, especialmente por estarem inseridos num mundo em constante

e acelerado processo de transformação, de mudanças. Por isso as crenças e valores dos sujeitos devem ser analisados, também, a partir da influência de componentes mais gerais, como história, economia, sociopolítica, práticas culturais, entre outros.

Em vista disso, é importante analisar o que os sujeitos dizem, pensam, fazem sobre o mundo, em geral, e sobre si mesmo, em seu universo particular. É nesse sentido que:

As chamadas Políticas de identidade buscam compreender ações coletivas e individualizadas, bem como a produção de sentidos e, conseqüentemente, a construção das identidades como um processo linguístico, cultural e social, que se forma a partir dessas diferenças. Buscam também compreender a complexidade da produção dos estatutos identitários e, por conta disso, dos processos de subjetivação (GUARESCHI *et al.*, 2002, p. 13 citados por COSTA, 2008, p. 26).

Atualmente é crescente o interesse, especialmente da Psicologia, pelo estudo das crenças, valores e concepções dos sujeitos e suas influências no processo de desenvolvimento humano. O aumento desse interesse deve-se à investigação mais apurada do tema, que vem sendo realizada pelos principais teóricos da Psicologia do Desenvolvimento, com base na perspectiva de que o indivíduo encontra-se em desenvolvimento até sua morte (GONZÁLEZ; DESFILIS, 1996 citados por COSTA, 2008).

Determinar um conceito de envelhecimento tem sido o alvo de muitas teorias, embora exista em consenso que elaborar uma definição exata é muito difícil. Os conceitos de envelhecimento dependerão, basicamente, de seu caráter mais biológico, social ou psicológico, aspectos que podem variar muito. De acordo com Rodriguez (1994), o processo de envelhecimento da pessoa começa desde o momento de seu nascimento, sendo a idade, um dos mecanismos utilizados para efetivar a distribuição de papéis e status dos indivíduos, muitas vezes aproveitando-se desse facto para segregar os adultos mais envelhecidos, visando interesses econômicos e consumistas. Neste contexto, o processo de envelhecimento acaba servindo para delimitar as mudanças tanto individuais quanto coletivas (ou sociais) a partir do desenvolvimento natural do ciclo vital (STREY, 1998).

Ao analisar vários estudos, Costa (2008) destaca que a característica básica do processo de envelhecimento não é tanto a percepção das perdas que necessariamente acontecem com o avanço da idade, mas a angústia que se sente ao perceber que se têm

menos oportunidades para melhorar. Mas, embora se faça essa relação, acredita-se que o desenvolvimento humano, de uma forma geral, é mais progressivo do que regressivo.

Em todas as fases da vida humana ocorrerão perdas e ganhos, mas vale destacar que durante a juventude pouco se reflete acerca das perdas, pois normalmente essa é considerada uma fase de possibilidades, de conquistas. A velhice, ao contrário, de um modo geral é vista com negatividade, uma fase de decrepitude e de proximidade com a morte. Por esta razão ainda persiste a ideia de velhice e envelhecimento como sinónimos, levando muitas pessoas tentarem a todo custo se proteger da velhice.

O pensamento rigidamente limitado à vida em função somente do ciclo vital a ser percorrido, se contrapõe profundamente ao conceito de que o desejo e a libido existem e são ativos em qualquer idade. Mesmo ocorrendo uma mudança corporal significativa, isso não impede que a pessoa mantenha desejos vivos e ocorra um funcionamento psíquico rico e pleno (MESSY, 1992).

O envelhecimento e o momento em que acontece variam de uma pessoa para outra, sendo que cada indivíduo apresenta seu tempo próprio, dependendo de sua história de vida (MESSY, 1992; BARBIERI, 2003). Sendo assim, “o aparecimento do envelhecimento aconteceria por ocasião de uma ruptura brutal do equilíbrio entre perdas e ganhos” (MESSY, op. cit., p. 22).

Envelhecer, de acordo com Py (2006) é um processo sofrido e sempre vem acompanhado de desamparo desde o dia do nascimento do ser humano, sendo expressão das perdas sucessivas que acompanham a existência do sujeito, cuja perda mais radical é a da vida, o momento da morte. Torres (1999) destacam que a partir do processo de envelhecimento e da consequente aproximação da finitude, os indivíduos podem produzir mais, viver melhor com maior liberdade. Com a percepção do envelhecimento, determinada pessoa pode desenvolver mais a capacidade de criar, pensar e, em função disso, descobrir a vida.

Apesar das mudanças que aconteceram resultantes da revolução sexual, ainda persiste na sociedade atual crenças que dificultam ou impossibilitam a expressão de desejos no envelhecimento e, consequentemente, impedir a vivência plena da sexualidade. Como já se mencionou anteriormente, as pessoas que envelhecem, especialmente as mulheres, são vistas como “assexuadas”, que não sentem mais desejos, perderam a libido. Assim, pode ocorrer o abandono da sexualidade na fase do envelhecimento devido à crença distorcida que apenas quem tem o corpo jovem e belo tem o direito de vivê-la. Assim, a não aceitação do envelhecimento pode ter resultados

negativos como quadros de depressão, problemas conjugais, disfunções sexuais, entre outros (COSTA, 2008). Aspectos como beleza física, juventude e procriação são bastante valorizados pela sociedade atual e quando as pessoas, sobretudo as mulheres, não têm mais esses atributos, já não são mais considerados como anteriormente. É como se aos idosos não restasse mais nada no seio da sociedade.

É preciso se ter claro, que não se pode comparar sexualidade no envelhecimento com a sexualidade exercida na juventude, pois são períodos diferentes do ciclo vital, em que se vivenciam experiências diferentes e as mudanças em todos os sentidos, inclusive na esfera sexual são bastante significativas. É preciso pensar essa etapa da vida sexual de acordo com sua própria realidade, aceitando suas possibilidades, características e limitações, embora mudanças importantes tenham ocorrido na percepção da sexualidade, que não é mais vista só para procriação, mas também para o prazer. Mas, na realidade, os preconceitos ainda persistem, apesar de a população acima dos cinquenta anos ser cada vez maior é manter a capacidade física para manter uma vida sexual ativa. A partir da consulta de diversas pesquisas, Costa (2008) explica que estes estudos confirmam a informação de que, a não ser por razões patológicas, não existem obstáculos para que um indivíduo vivencie a sua sexualidade até a morte. Sendo assim, há um leque de possibilidades para o indivíduo, dependendo dos valores por eles construídos no presente. E destaca como fator que contribui para manter o adulto que envelhece como um ser assexuado, os modelos de referência adquiridos por ele ao longo da vida, e que são, de um modo geral, baseados nos conceitos e nas expectativas estabelecidos para cada etapa do ciclo vital.

Neste contexto, a geração que vive hoje e envelhece a cada dia, se confronta não apenas com seu próprio processo de envelhecimento físico e psicossocial, mas também com a necessidade de atribuir um novo sentido à vida sexual e ao prazer. No que se refere à mudança desses valores, Aleotti (2004) entende ser necessária a elaboração interna dos momentos de transição, inclusive o da sexualidade, para se perceber as mudanças que acontecem ao longo da vida.

De acordo com a autora, o indivíduo deve ser capaz de fazer reflexões sobre as transformações que podem ocorrer ao longo do ciclo vital, atentando principalmente para as mudanças corporais e relacionais, visto que com o envelhecimento os desejos tendem a se modificar, assim como o ritmo corporal, resultando em mudança no relacionamento com o outro. É por isso que o processo de amadurecimento e a

constatação do envelhecimento requerem relevante investimento psíquico, por ser uma fase de grandes mudanças em todos os sentidos, entre as quais, o da sexualidade.

1.5.3 Sexualidade e Religião

A busca de sentido é uma constante em todas as idades, mas agudiza-se na terceira idade diante de limitações e medos, como medo da morte de familiares e amigos, da perda corporal, da sua independência e solidão.

Poucos problemas tem merecido tanta atenção e preocupação do homem em toda a sua história como os problemas do envelhecimento e da capacidade funcional comumente associada a este. Valores religiosos e filosóficos certamente desempenham também importante papel na valorização dos indivíduos idosos nas diferentes sociedades. Valores tradicionais e conservadores foram questionados. Como uma religião encara uma vivência mais plena da sexualidade.

Segundo Pacheco, citado por Pinto, (2012), no que concerne às questões sexuais, a religião, na sociedade ocidental, na última metade do século XX, perdeu algum terreno, na medida em que não foi capaz de uma rápida adaptação às novas circunstâncias e ao novo quadro normativo que, progressivamente se impôs na forma de encarar a sexualidade. Porém, ainda é notável o conjunto de influências, positivas e negativas, que a religião acaba por ter na vivência sexual do ser humano.

No seio da Igreja Católica, apesar de existir um conjunto de normas e preceitos, provenientes do Vaticano, as atitudes relativamente à sexualidade não são homogêneas. Tende a existir mais permissividade onde o Catolicismo não é dominante, onde é impregnado por outras influências sócio culturais e religiosas, como na América Latina, em África, na Ásia ou na Irlanda.

Conforme ressalta Pacheco (2003), citado por Pinto (2012, p.16), outrora, em alguns textos religiosos a masturbação era condenada. Todavia, à medida que, no plano científico e social esta prática sexual passou a ser considerada normal, os enunciados religiosos sobre a matéria, foram-se tornando sucessivamente menos críticos ou até a aceitar a masturbação como forma de manter a virgindade entre os jovens. De igual modo, à medida que as taxas de divórcio aumentaram claramente na sociedade ocidental, a Igreja Católica não pode deixar de aceitar esta realidade, aceitando os divorciados, mesmo que continue a criticar o divórcio e a não aceitar o recasamento religioso de quem se divorciou. Hoje, este assunto está em discussão.

Em Portugal, país onde o catolicismo ainda domina, o uso de métodos anticoncepcionais não aceites pela Igreja é de sobremaneira aceite pela maioria das mulheres, sem que isso seja considerado um polo de fricção com as suas convicções religiosas. Este facto revela que, pelo menos nas sociedades abertas e globais, onde a Igreja foi privada do poder político, a influência da religião fica dependente da aceitabilidade das normas para as comunidades (Pacheco, 2003 citado por Pinto 20012).

A nível religioso, no domínio sexual, a dessemelhança entre o protestantismo e o catolicismo situa-se ao nível do divórcio, do controlo da natalidade e do casamento dos padres.

No que concerne ao divórcio, ao controlo da natalidade ou ao aborto, o catolicismo ainda não se conseguiu adaptar, uma vez que, na maioria dos países católicos, a sociedade, principalmente na última metade do século XX, acabou por integrá-los ao nível das práticas sociais.

Relativamente ao matrimônio dos padres, que continua a não ser permitido entre os católicos, parece ser uma matéria da estrita esfera do pessoal religioso. Na realidade, a abstinência às vivências sexuais é uma opção tão respeitável como a opção por uma vida sexual ativa. Contudo, as “liberdades” protestantes são apaziguadas pela rigidez no cumprimento das normas, pela intolerância e pelo mexerico sócio sexual. Pelo contrário, o catolicismo, atualmente, assenta-se mais na tolerância e na temperança que acabam por minorar o possível efeito negativo de alguns princípios que continuam a defender (VANCE; BRENNAN; ENAH; SMITH & KAUR, 2011, citado por PINTO, 2012).

Segundo Catusso (2005) a sexualidade é um elemento integral da vida individual e social que inclui as relações entre pessoas, grupos, comunidades, sociedades, culturas e Deus. A sexualidade inclui, mas não está limitada às dinâmicas de gênero, poder, identidade social e auto imagem. Como tal, não lida com as questões de identidade e ser e não está limitada à conformidade, às exigências morais e éticas das comunidades de fé. Tais normas e éticas morais são de grande importância, contudo a redução da sexualidade à aderência a estas normas e moralidades reduzem a sexualidade a um dos seus diversos aspectos.

Vários teóricos se posicionaram frente a este tema. Freud via a religião como uma neurose coletiva. Quanto maior o conhecimento, mais difundido será o afastamento da crença religiosa.

Ellis (1980) afirma que a religião até pode ser compatível com saúde mental, desde que não seja absolutista, ortodoxa ou dogmática. Acredita que quanto menos religioso for, mais saudável emocionalmente tenderá a ser o indivíduo.

Em oposição oposta, Jung (1957), acreditava que a pessoa religiosa tem uma grande vantagem para enfrentar as turbulências morais, sociais e políticas de nosso tempo e que “o indivíduo que não está ancorado em Deus não tem recursos pessoais para oferecer resistência às tentações físicas e morais e do mundo”.

Já a maior parte dos neo-freudianos e humanistas teístas, como, Maslow (1973), Allport (1950), Adler (1987) e Bergin (1980), são favoráveis e reconhecem a importância da religião na vida do homem. Percebe-se que as pessoas com práticas religiosas moderadas, que participam ativamente nos trabalhos destas, terão um objetivo de vida, além de um envolvimento maior com pessoas, podendo melhorar sua satisfação na vida (Papaléo 1996; p.165).

Segundo Pires (2011) De acordo com a mesma autora, citando (Almeida e Lourenço (2008), a mulher durante muito tempo foi recriminada pela sociedade, não lhe eram conferidos direitos, nem tão pouco eram aceites que esta amasse ou tivesse desejo sexual. A mulher devia submeter-se sob as ordens do homem, sendo que não devia mostrar qualquer desejo sexual. A religião teve, em grande medida, influência sobre esses aspectos.

De acordo com a mesma autora, (2011), outros dos fatores sócio culturais refere à visão da religião enquanto fator de influencia na sexualidade da pessoa e da pessoa idosa em particular, cujos princípios básicos assentam na heterossexualidade, no matrimónio e na procriação. Partindo desta visão, pode dizer-se que um relacionamento entre duas pessoas equivalerá a uma relação heterossexual, que se consubstancia necessariamente em matrimónio; assim como um contato mais íntimo durante a velhice fará pouco sentido, uma vez já não ser possível a procriação. Tais perspectivas parecem não considerar a sexualidade na terceira idade como natural e benéfica para a pessoa nas diferentes áreas biológica, psicológica e social.

A religião para o idoso é um referencial pessoal. Vários autores consideram que a partir da meia idade as pessoas dão mais atenção aos aspectos internos do self, abrindo caminho aos sentimentos e comportamentos religiosos (CARVALHO e FERNANDES, 2000).

De acordo com Cavalcante (2002), o facto de a velhice ser considerada a última etapa da vida faz com que ocorra um aumento da frequência sobre o pensar na

morte e, sobretudo, a respeito do que vem depois dela. Se a questão da finitude parecia longínqua, pouco pensada; na velhice, torna-se mais próxima e até real. A morte de pais, de parentes e de amigos remete imediatamente à própria morte.

O retorno a uma prática religiosa passa a ser mais evidente e sentida como também indispensável. Não é sem razão que muitos consideram a velhice como a etapa em que um balanço da vida é necessário e inevitável.

1.6 O IDOSO, A PERCEPÇÃO DE SUA SEXUALIDADE E FATORES INTERFERENTES

A percepção que a pessoa idosa tem de sua sexualidade está vinculada à percepção do seu próprio envelhecimento e do que ainda é capaz de realizar e descobrir na vida.

Em uma pesquisa realizada por Catusso (2005) com idosos do município de Palmas-PR, Brasil, pertencentes ao Grupo de Convivência “Anos Dourados”. A autora investigou como essas pessoas percebem o seu processo de envelhecimento e a sua sexualidade. E obteve informações interessantes:

- Alguns idosos aceitam bem o processo de envelhecimento, percebendo a sua experiência e a capacidade de lidar melhor com as situações e os conflitos, tendo como resultado menos estresse;
- Outros aceitam a solidão como algo reconfortante, valorizam a qualidade das relações estabelecidas a partir da velhice com aqueles que amam e não se preocupam com o que as pessoas pensam;
- Em outros casos, a solidão é percebida como algo negativo na velhice, especialmente em função da perda de familiares e amigos. Acabam, assim, se isolando e perdendo a conexão com o mundo e suas inovações;
- Alguns relataram ganhos ao se perceberem mais seletivos com o envelhecimento, buscando investir mais em seus afetos para não perder tempo em relações que não interessam.

As pessoas entrevistadas, embora tenham relatado perdas, enfatizaram os ganhos e se mostraram como pessoas que buscam transformações constantes e melhor

qualidade de vida. Em relação à sexualidade, a autora percebeu, no caso das mulheres, maior interesse por um relacionamento amoroso. Portanto, a maneira de se lidar com os desejos e a sexualidade entre homens e mulheres é bastante diversa e, há o indicativo de que com o envelhecimento, essas divergências tornam-se mais evidentes.

Por outro lado, tanto homens como mulheres, valorizaram o namoro no sentido de buscar cuidado, companheirismo e ter alguém do lado, a quem recorrer em caso de necessidade. Outro aspecto detectado pela autora é que a vida sexual para os entrevistados remete ao casamento, pois os valores que eles vivem ou viveram não foram suficientes para mudar os valores de satisfação sexual e conjugal, que aspiram de forma individual e não como uma construção com o outro. Em vista disso a autora afirma:

Embora possamos refletir que, com relação ao próprio envelhecimento, boa parte das soluções que os participantes indicaram são progressivas, onde conseguiram atualizar a concepção de velhice e foram capazes de definir metas, o que parece ser um percurso muito mais individual acerca do próprio envelhecimento do que um caminho interpessoal na realidade da conjugalidade (COSTA, 2008, p. 94).

De acordo com análise de Baltes (1991) citado por Catusso (2005), para um envelhecimento bem sucedido o indivíduo precisa ser capaz de selecionar metas e investir no que for mais importante em sua vida. Contudo, isto nem sempre acontece, o que foi percebido por Costa (2008) em sua pesquisa, pois alguns dos idosos que entrevistou não tinham ainda otimizado seus recursos de forma adequada, mesmo porque não apresentaram uma reflexão significativa em relação às perdas que ocorreram, embora tivessem procurado o grupo de apoio para tentar mudar, de alguma forma, determinados padrões em suas vidas.

A sexualidade foi expressa pelos entrevistados por palavras como: troca de carinho, beijos, abraços, companheirismo, segurança, sexo, felicidade, entre outras. Costa (2008), argumenta que, a sexualidade somente pode ser expressa na terceira idade se, durante a adolescência, a juventude e a vida adulta, esses sentimentos foram vivenciados de forma prazerosa, alegre e satisfatória.

De acordo com (Catusso, 2005, p. 3), para que as pessoas continuem “exercendo a sexualidade depois dos 60 anos depende do desejo de cada um e, se desejado, é um exercício que estimula o cotidiano das pessoas, desde os pequenos gestos, até os mais expressivos”.

Conforme ressalta Vasconcelos (1994), citado por Catusso (2005), na velhice o êxito conjugal está intimamente relacionado à companhia, à capacidade de expressar sentimentos verdadeiros um para com o outro, num clima de segurança, carinho e reciprocidade.

A sexualidade na terceira idade, assim como nas demais faixas etárias, não se restringe apenas ao ato sexual envolvendo, também a troca de afeto, carinho, companheirismo, vaidade e o cuidado corporal (Catusso, 2005). A autora destaca que a intimidade entre o casal é necessária na relação sexual e que dificilmente acontecem de forma separada, pois uma complementa o outro, especialmente nessa fase da vida.

A sexualidade pode ser vivenciada pelos idosos de diversas maneiras, mas sempre como expressão verdadeira de carinho e de afeto, sentimentos que não se perdem com o tempo. Vasconcelos (1994) citado por Catusso (2005, p. 4), considera que amor e sexo na velhice pode significar muitas coisas, tais como:

- Oportunidade de expressar afeto, admiração e amor;
- Afirmação do corpo, seu funcionamento. O sexo ativo prova para os idosos que seus corpos ainda são capazes de funcionar bem e causar prazer;
- Uma forte percepção de si mesmo-sexualidade é uma das formas pelas quais as pessoas percebem suas identidades – e o impacto que causam nas outras pessoas. Sentir-se “feminina ou “viril”, está ligado a sensações muito valorizadas pelas pessoas. Reações negativas deprimem e desestimulam as pessoas de mais idade, podendo fazer com que desistam por completo de sua sexualidade;
- Proteção contra a ansiedade – a intimidade e a proximidade trazem segurança e significado para a vida das pessoas, principalmente quando o mundo ameaça com riscos e perdas;
- O prazer de ser tocado ou acariciado – viúvos (as) relatam como sentem falta de prazeres simples e do calor da proximidade física de serem tocados(as), abraçados(as) e acariciados(as).

É comum os idosos não terem a liberdade para conduzirem suas vidas como querem. Isso acontece, sobretudo, no que diz respeito aos relacionamentos amorosos. O controle de suas ações, atividades e mesmo os relacionamentos afetivos e sentimentos são subjugados pela família. Em consequência, a sexualidade dos idosos acaba reprimida, visto que, a família reside na mesma casa e, geralmente, é composta por muitos membros – pais, filhos, netos –, impedido a privacidade do casal idoso. Este não consegue expressar seus sentimentos da forma desejada, uma vez que o convívio com as demais pessoas resulta num ambiente não propício para a demonstração de afetos (CATUSSO, 2005).

Não é apenas isso. No caso dos idosos viúvos, a busca de um novo relacionamento também é dificultada pela presença da família que, de um lado, negam a sexualidade do idoso e, de outro, chega a impedir a presença de um novo(a) companheiro(a), sob diversas alegações entre as quais o abuso econômico. Mas este não é o único fator que contribui para a repressão da sexualidade na terceira idade. Alguns problemas de ordem física podem influenciar no relacionamento sexual de pessoas idosas. Conforme afirma Catusso (2005, p. 12):

Ao chegar à terceira idade, homens e mulheres buscam incansavelmente reverter o que o tempo lhes trouxe, ou não, através de seus excessos. E, nesse sentido, podemos constatar alguns problemas físicos que dificultam ou impossibilitam a sexualidade das pessoas de terceira idade.

Aparência corporal é outro fator com reflexos negativos na sexualidade das pessoas que estão envelhecendo. Na pesquisa de Catusso (2005), mencionada anteriormente, a autora constatou que os sujeitos percebiam a mudança física como uma das características mais evidentes do processo de envelhecimento e, apesar do avanço da ciência na área da estética e de cuidados com o corpo, não são todas as pessoas que chegam à terceira idade, podendo usar de artifícios para manter o corpo em forma e a aparência jovem.

Por outro lado, os entrevistados deixaram clara a sua crença de que o aspecto físico não prevalece sobre os sentimentos. Isso fica claro por sua participação no grupo de convivência, onde buscam não apenas sanar problemas de ordem física ou emocional, mas também buscam apoio e motivação para continuar vivendo, busca novas amizades e, também, um companheiro (a) para partilhar afeto, carinho e exercer a sua sexualidade.

2 ESTUDO EMPÍRICO

2.1 DELIMITAÇÃO DA PROBLEMÁTICA

A problemática do envelhecimento e a percepção da sexualidade das pessoas nessa fase da vida constituí-se numa área de especial interesse na atualidade, tanto pelo significativo crescimento de idosos, especialmente em países em desenvolvimento e desenvolvidos, como pelos desafios que essa parcela da população enfrenta, principalmente no que tange à sua sexualidade. Com a velhice muitos são os problemas: doenças que surgem ou se agravam nessa fase da vida, a solidão, o preconceito em relação à sua sexualidade, a proximidade da morte, entre outros.

A velhice é vista, essencialmente, como um período de perdas, especialmente em sentido afetivo e sexual e essa realidade é fomentada pelo preconceito de pessoas que insistem em ver os idosos como assexuados, não mais capazes de dar e receber amor, afeto, carinho, prazer e atenção. A situação torna-se tanto mais complexa uma vez que esses sujeitos não têm recebido o tratamento que merecem, bem como são insuficientes as medidas voltadas para sua qualidade de vida, da qual a sexualidade faz parte. Para agravar ainda mais as situações de preconceito juntam-se ao rol os tabus, as crenças e valores sociais, as atitudes da família e da própria sociedade.

Mas, como também já foi mencionado, os idosos são vítimas de preconceitos e estereótipos que influenciam negativamente as suas perspetivas de voltarem a amar, a encontrar alguém com quem possam passar “o resto da vida”, fazer aflorar a sexualidade reprimida.

Sendo assim, espaços oferecidos para idosos, como é o caso da Universidade da Terceira Idade Beja Sénior, podem tornar-se espaços de pesquisa e intervenção de profissionais de diversas áreas, com o intuito de contribuir para a promoção da qualidade de vida dessas pessoas. Por isso a escolha deste tema e do espaço de investigação deste trabalho. Pretende-se identificar como os sujeitos vivem sua sexualidade e que ações podem ser tomadas para ajudá-los nesse sentido. Nessa perspetiva, pretendeu-se entrevistar 6 idosos (3 homens e 3 mulheres) alunos da Universidade Senior de Beja.

A pesquisa dar-se-á com idosos da Faculdade da Terceira Idade de Beja, Portugal.

Neste contexto, este estudo buscará dar resposta à seguinte questão de partida:

“Como é que as pessoas idosas vivenciam a sua sexualidade nessa fase da vida”?

Desta questão de partida decorre o seguinte objetivo geral a ser prosseguido através desta investigação:

- Conhecer as percepções das pessoas idosas acerca da relação entre o processo de envelhecimento e a sua sexualidade.

Este objetivo geral desdobra-se nos seguintes objetivos específicos:

- Definir e caracterizar a sexualidade do idoso como uma condição para sua qualidade de vida;
- Descrever os fatores interferentes na sexualidades dos idosos entrevistados;
- Analisar como os idosos entrevistados percebem a sua sexualidade.

2.2 MODELO DE INVESTIGAÇÃO

Para a realização deste trabalho a opção metodológica centrou-se num modelo fundamentalmente de natureza qualitativa.

De acordo com Andrade (2005, p. 129) a: “Metodologia é o conjunto de métodos ou caminhos que são percorridos na busca do conhecimento”. A metodologia da pesquisa científica surgiu e adquiriu relevância a partir do momento em que o homem se passou a interrogar sobre os factos do mundo exterior, na cultura e na natureza (ANDRADE, 2005).

Já o método, palavra de origem grega, significa o conjunto de etapas ou procedimentos utilizados na investigação de fenômenos ou factos para encontrar a verdade (RUIZ, 1991; ANDRADE, 2005). Em sentido mais geral, o método é a ordem que se deve dar aos diversos processos necessários para chegar ao resultado desejado (CERVO; BERVIAN, 1983 citados por ANDRADE, 2005). O método constitui-se em fator de segurança na pesquisa, no estudo, na aprendizagem.

Como foi referido o modelo metodológico adotado foi o de carácter qualitativo, uma vez que, este apresenta determinadas características como a maior profundidade de informação recolhida.

A grande importância deste modelo metodológico é a validade do trabalho realizado, tentando que a recolha dos dados esteja de acordo com o que os indivíduos dizem e fazem, que seja o mais fiel possível.

Segundo Fernandes (1991), o foco da investigação qualitativa é a compreensão mais pormenorizada dos problemas, é investigar o que está por trás de certos comportamentos, atitudes ou convicções. Desta forma, neste paradigma o investigador é o “instrumento” de recolha de dados por excelência, por isso, a qualidade (validade e fiabilidade) dos dados depende muito da sua sensibilidade, da sua integridade e do seu conhecimento.

Segundo Bogdan & Bicklen (1994) a investigação qualitativa possui características como o facto de ser descritiva e o facto de os dados serem analisados de forma indutiva. Neste tipo de investigação os investigadores procuram “compreender o significado que os acontecimentos e interações têm para pessoas vulgares, em situações particulares” (Bogdan & Bicklen, 1994:53).

A investigação qualitativa não se baseia numa concepção teórica e metodológica única, utiliza na sua prática várias abordagens teóricas e vários métodos. A investigação qualitativa é “descritiva os dados recolhidos são em forma de palavras ou imagens e não de números” (Bogdan e Bicklen, 1994:48).

Na presente investigação serão feitas as transcrições das entrevistas, através de gravações das mesmas, sendo estas realizadas após o consentimento do entrevistado. Deste modo, a pesquisa qualitativa é “*descritiva*”, isto é, a descrição deve ser rigorosa e resultar diretamente dos dados recolhidos.

2.3 PARTICIPANTES/AMOSTRA

Para Hill & Hill (2002), não sendo possível recolher e analisar dados de todos os casos (universo), o investigador considera apenas uma parte dos casos que constituem o universo, de acordo com estes autores os métodos de amostragem agrupam-se em duas categorias: a amostragem causal ou probabilística (todos os elementos têm a mesma possibilidade de serem escolhidos) e a amostragem não - causal ou não probabilística (a escolha dos elementos envolve juízo de valor). “Esta forma de amostragem não-probabilística é a mais

comum, o investigador tem interesse em estudar determinados elementos da população, mas que não são necessariamente representativos dela. Apesar da impossibilidade de generalização dos resultados ao universo da investigação, esta forma de amostragem tem a sua validade dentro dum contexto específico.

Dentro da amostragem não-causal optou-se, neste estudo, por uma amostra por conveniência uma vez que este se revela acessível do ponto de vista financeiro, fácil e rápido. Dessa forma, o método utilizado nesta investigação é o método não-causal – amostragem por conveniência.

Na investigação em causa, foi utilizada uma amostra de 6 idosos de ambos os sexos (3 do sexo masculino e 3 do sexo feminino), com uma média de idades entre os 65 a 81 anos, participantes do programas para idosos da Universidade Sénior de Beja.

A escolha da amostragem teve em conta os seguintes critérios:

- Os alunos que frequentam a Universidade Sénior desde o princípio da sua criação;
- Os alunos com idade acima dos 65 anos.
- Os alunos que se encontravam no perfil apontado nos dois pontos anteriores e acederam a partilhar as suas experiências.

2.4 INSTRUMENTO DE RECOLHA DE DADOS

Como já foi referido, a técnica utilizada para a recolha de dados foi a entrevista semi estruturada. De acordo com Andrade (2005, p. 136): “A entrevista é uma técnica muito utilizada na pesquisa, nos vários ramos das Ciências Sociais: Jornalismo, Relações Públicas, Pesquisas de Mercado etc.”. É considerada a técnica mais eficiente para a obtenção de informações, conhecimentos ou opiniões.

Segundo Sousa e Baptista (2011), a entrevista semi-estruturada tem um guião, com um conjunto de tópicos ou perguntas a abordar na entrevista. Dá liberdade ao entrevistado, apesar de não o deixar fugir muito do tema. Tem a vantagem de se falar dos assuntos que se quer falar com maior liberdade.

Segundo Horta (2010) para que as entrevista constituam um bom instrumento de recolha de informação, é necessário que cada questão contribua para alcançar os objetivos do estudo, tendo sido expressos num guião com o seguinte esquema: tema, definição dos objetivos gerais, definição dos objetivos específicos, questões possíveis tópicos (categoria) e tópicos (subcategorias). As perguntas devem

levar o sujeito a explorar as ideias decorrentes das questões, sendo que na formulação das mesmas, o entrevistador deve evitar questões que possam ser respondidas por sim ou não.

No sentido de garantir a legitimidade da entrevista, é importante garantir a confidencialidade do entrevistado e das suas respostas. Deve-se informar sobre os objetivos e propósitos do estudo, bem como o que se espera da sua participação e pedir a autorização para fazer a gravação da entrevista.

O guião elaborado para o referido trabalho está composto por sete blocos, objetivos específicos, tópicos e formulário de perguntas (ver apêndice nº1).

2.5 TRATAMENTO DE DADOS

Para o tratamento de dados foi utilizada a técnica de análise de conteúdo relativamente às informações obtidas através das perguntas da entrevista semi-estruturada.

Segundo Laurence Bardin (2011), a análise de conteúdo

é um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção / recepção (variáveis inferidas) destas mensagens.

A análise de conteúdo costuma ser feita através do método de dedução frequencial ou análise por categorias temáticas.

Segundo a autora, a técnica de Análise de Conteúdo se compõe de três grandes etapas: 1) a pré - análise; 2) a exploração do material; 3) o tratamento dos resultados e interpretação.

A mencionada autora descreve que a Análise de Conteúdo espera compreender o pensamento do sujeito através do conteúdo expresso no texto, numa concepção transparente de linguagem.

2.6 PROCEDIMENTOS

Um projeto acarreta uma série de procedimentos. Numa 1ª fase desta investigação foi realizada uma pesquisa bibliográfica mediante a consulta de livros,

periódicos, dissertações, relatórios e artigos de revistas eletrônicas. A bibliografia entende-se como “o conjunto das produções escritas para esclarecer as fontes, para divulgá-las, para refutá-las ou para estabelecê-las; é toda a literatura originária de determinada fonte ou assunto” (RUIZ, 1991, p. 64).

Numa 2º fase, foi elaborado o guião da entrevista. Posteriormente foi enviada uma carta à direção da Universidade, Saberes e Aprendizagem Beja Sénior, solicitando um pedido de estudo nesta instituição.

Em seguida, foi realizado um contato presencial com a coordenadora, onde fez-se o pedido de autorização para o primeiro contato com os alunos. Os participantes foram selecionados durante a visita da entrevistadora à sala de aula, acompanhada pela coordenadora. Depois da apresentação, foram preenchidos o Consentimento Livre e Esclarecido, dos alunos que estivessem dispostos a participar nessa pesquisa, deixando claro que os dados obtidos serão utilizados só para fins de investigação. Seus nomes e dados pessoais não constarão na pesquisa. Na sequência foram estabelecidos os contatos para marcação do dia, hora e local em que ocorreriam as entrevistas, na medida em que fosse possível a cada participante. As entrevistas ocorreram individualmente numa sala reservada dentro da própria instituição. Seus conteúdos foram transcritos com a segurança de não serem identificados nos resultados aqui apresentados.

3 ANÁLISE E TRATAMENTO DOS DADOS

O presente capítulo visa a apresentação dos resultados obtidos a partir da análise de conteúdo das entrevistas realizadas.

A análise dos dados iniciou-se com a transcrição das entrevistas. As verbalizações dos sujeitos entrevistados foram organizadas tendo-se em conta o tipo de pergunta e as respostas dadas no que resultou em protocolos de respostas verbais.

O procedimento seguinte iniciou-se com a exploração do material com a finalidade de detectar os núcleos temáticos referentes às respostas dos sujeitos. Os temas foram reunidos, organizados e relacionados a cada sujeito entrevistado.

Após essa fase, procurou-se compreender os destaques temáticos a partir do significado central dos depoimentos no que conduzirá à organização de núcleos temáticos apropriados como referência para a análise qualitativa pretendida, de acordo como os objetivos e as fundamentações teóricas que foram propostos.

O critério adotado é o analítico e interpretativo dos conteúdos e verbalizações apresentadas pelos sujeitos, das concepções do tema proposto, das crenças, valores morais, religiosos, dos aspectos afirmativos ou negativos da vivência da sexualidade, tomados como elementos indicadores para a interpretação do conteúdo dos núcleos temáticos.

Do resultado da análise surgem categorias temáticas que em conjunto com os subtemas irão constituir os indicadores de como as pessoas idosas vivenciam sua sexualidade.

Assim, os resultados e discussão se apresentam a partir dos seguintes núcleos temáticos: Concepção de envelhecimento que engloba: “o que é o envelhecimento”; “experiência pessoal do envelhecimento”. Concepção de sexualidade: “o que entendo por sexualidade e sexo”; “como estou vivenciando a sexualidade”; “relações entre envelhecimento e sexualidade”; “fatores Interferentes na sexualidade do sujeito”; “fatores interferentes na manifestação da sexualidade do sujeito “papel da Universidade Sénior no que diz respeito à sexualidade do sujeito”.

3.1 ANÁLISE DE CONTEÚDO DAS ENTREVISTAS REALIZADAS

3.1.1 Caracterização dos entrevistados

Apresentamos o perfil dos indivíduos que constituíram a nossa amostra no quadro seguinte onde se expõe a idade; o gênero; o estado civil; as habilitações literárias; a profissão desempenhada aquando da vida ativa; o número de filhos; as pessoas com quem partilham a habitação; a religião de cada um e o tempo de frequência da Universidade Sénior.

Quadro 1. Perfil dos entrevistados.

Nome	Idade	Sexo	Estado civil	Habilitações literárias	Profissão	Nº de filhos	Com quem vive	Profissão religiosa	Tempo que frequenta a Universidade
S 1	67	Feminina	Viúva	Curso secundário	Funcionária administrativa	1	Vive só	Católica	6 anos
S 2	65	Feminina	Viúva	Licenciatura	Professora	2	Vive com filhos	Católica	6 anos
S 3	69	Feminina	Casada	Licenciatura	Professora	1	Cônjuge	Católica	6 anos
S 4	81	Masculino	Viúvo	5º ano	Funcionário administrativo	4	Vive só	católico	5 anos
S 5	77	Masculino	Viúvo	12º ano Curso profissionalizante	Empresário	1	Vive só	S/ religião definida	5 anos
S 6	68	Masculino	Casado	12º ano curso técnico	Topógrafo	2	Cônjuge	Católico	5 anos

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

Numa primeira observação a característica que mais se destaca do quadro de caracterização dos entrevistados é a homogeneidade, que resulta, em parte da escolha do investigador em seleccionar três entrevistados de cada sexo, mas também pelo facto de o estado civil de cada um deles não ser muito divergente, o número de filhos também e a religião de quase todos ser a mesma, com exceção do sujeito 5 que refere não ter uma religião definida. O número de anos a que cada um dos entrevistados frequenta a Universidade também não é muito diferente entre os respondentes variando entre os 5 e os 6 anos. No entanto esta homogeneidade que sobressai não é completa e por isso vamos analisar cada um dos itens de caracterização sócio-geográfica em particular.

É na faixa etária que se verificam os dados mais heterogêneos sendo que temos entrevistados acabados de chegar à idade que a Organização Mundial de Saúde (OMS) estipulou para se considerarem idosos os habitantes dos países desenvolvidos, os 65 anos, e temos outros entrevistados já bastante idosos, como o Sujeito 4 que conta 81

anos. A entrevistada mais nova é do sexo feminino e tem 65 anos e o mais velho já aqui referido, é do sexo masculino e conta 81 anos de idade. Apenas um dos entrevistados se encontra na faixa etária dos 70 anos, e apenas um está já na faixa dos 80, os restantes encontram-se entre os 65 e os 69 anos.

Na categoria “Estado Civil” contamos quatro entrevistados viúvos, sendo dois do sexo feminino e dois do sexo masculino. Um entrevistado de gênero feminino é casado e do lado masculino apenas um entrevistado é também casado.

No que concerne às Habilitações Literárias denotamos um grau razoável de diferenças que vão desde o 5º. Ano de escolaridade (correspondente ao sujeito 4) até às Licenciaturas de duas das entrevistadas de sexo feminino. Pelo meio registramos uma entrevistada com o Curso Secundário e dois entrevistados com o 12ª ano nas variantes: curso profissionalizante e curso técnico. É interessante sublinhar que, no que diz respeito à categoria das Habilitações Literárias, todos os entrevistados frequentaram a escola para lá da escolaridade considerada “obrigatória” aquando das suas infâncias.

As profissões desempenhadas pelos nossos entrevistados durante a sua vida ativa são similares, sobretudo se analisadas em função das suas habilitações académicas já que ambas as entrevistadas licenciadas foram professoras e temos também dois funcionários administrativos, um do sexo feminino com o grau de estudos correspondente ao ensino secundário e o outro, do sexo masculino, que frequentou o 5º. Ano de escolaridade. Nesta categoria há ainda a referir um empresário e um topógrafo, ambos do sexo masculino e ambos com o 12º Ano.

Quanto ao número de filhos que cada um dos entrevistados tem o sujeito 4 volta a destacar-se dos demais por ter sido aquele que teve mais descendentes, 4. Os restantes entrevistados oscilam entre o filho único e os dois filhos. Três entrevistados tiveram 2 filhos, dois entrevistados tiveram 1 filho.

Na Categoria que visa aferir com quem vivem os entrevistados o número daqueles que vivem sozinhos é o maior. Três entrevistados não partilham as suas habitações com ninguém, destes, dois são do sexo masculino e um do sexo feminino. Dos restantes três entrevistados um, de sexo feminino, vive com os dois filhos e dois deles, um do sexo feminino e outro do sexo masculino, vivem com os seus cônjuges.

No que concerne à religião, e tal como já acima demos a conhecer com o intuito de destacar a homogeneidade das respostas, todos, exceto o sujeito 4, são Católicos.

No último item, que era aquele que visava registrar o número de anos que os sujeitos frequentam a universidade as semelhanças voltam a ser grandes sendo que as três entrevistadas de sexo feminino frequentam a universidade há 6 anos e os três entrevistados de sexo masculino vão a esta instituição há 5 anos.

Dos dados levantados no quadro de caracterização dos entrevistados, o que mais se destaca é o facto de todos eles terem frequentado o ensino para além da escolaridade obrigatória tendo, em consequência, desempenhado profissões capazes de lhes constituir algum conforto financeiro. O facto de todos frequentarem a Universidade Sénior também coloca os entrevistados num patamar que podemos considerar de “gosto pelo saber”, de uma maior abertura ao desenvolvimento cultural e ao conhecimento dando-nos, desde logo, a indicação de que este grupo está mais apto a receber e aceitar informações podendo por isso lidar melhor com o preconceito, as crenças e os valores sociais, sobretudo aqueles que visam reforçar o mito da velhice assexuada que Ribeiro (2002) referiu.

No lado oposto desta primeira constatação está a demarcada religiosidade do grupo, cinco dos seis sujeitos entrevistados pertencem a uma religião que se fecha sobre si mesma quando o tema é a sexualidade. Tal como Pires (2011) afirmou, a religião é um fator que influencia a sexualidade das pessoas idosas porque assenta os seus princípios na heterossexualidade, no matrimônio e na procriação o que leva a entender que o contacto mais íntimo quando a procriação deixa de ser possível já não faz sentido. Convém ainda, neste ponto, sublinhar a opinião de Carvalho e Fernandes (2000) que ressaltam que a religião para o idoso é um referencial pessoal.

3.1.2 Em torno da concepção do envelhecimento

A partir dos dados dessa pesquisa, a concepção do envelhecimento e a forma como estão vivendo o envelhecimento, podem ser observadas nas reflexões dos sujeitos.

Para melhor aferirmos esta concepção vamos analisar este núcleo temático a partir da forma como os entrevistados consideram “o que é o envelhecimento” e considerando também a “experiência pessoal do envelhecimento” em cada um deles.

Percepção do envelhecimento

Tendo em vista a compreensão da forma como os entrevistados percebem o seu próprio envelhecimento vamos ter em conta as questões da entrevista enquadradas no Bloco II que têm por objetivo específico identificar o conceito de envelhecimento que cada um dos sujeitos tem e cujas respostas obtidas à pergunta “o que é o envelhecimento para o senhor (a)?” se reproduzem no quadro 2.

Neste contexto pretendeu-se ainda conhecer como os sujeitos percebem o seu próprio envelhecimento pelo que se formulou a questão “Como esta sendo o envelhecer para o senhor(a)?”. A partir dela pretende-se identificar a experiência pessoal do envelhecimento em cada um dos entrevistados. Os resultados para este segundo grupo de resultados são apresentados no quadro 3.

Identificar o conceito de envelhecimento do sujeito

Quadro 2. O Conceito de envelhecimento dos sujeitos.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Percepção sobre o envelhecimento	Conceito de envelhecimento	<p>-“Recebo o envelhecimento com toda naturalidade (...) e não me aborreço (...) quando vier o fim aceito (...) é ordem natural da vida” (S.1)</p> <p>-“As pessoas vão envelhecendo lentamente, há envelhecimento Interno, psicológico, espiritual (...) as pessoas aos 60 anos podem estar ainda muito jovens fisicamente e no ponto de vista psicológico espiritual podem estar bastante envelhecidos” (...) e vice versa” (S. 2)</p> <p>-“Aceito como uma vida natural que a vida me traz, quando olho no espelho vejo que a imagem esta diferente de antes (...) acho que todos têm o seu momento” (S.3)</p> <p>- “É a degradação física do corpo é um recordar do nosso passado” (S. 4)</p> <p>-“É o tempo que passa por nós, se formos capaz de acumular algumas mazelas envelhecemos mais rapidamente se formos capaz de contrariar algumas coisas que o tempo nos traz envelhecemos mais lentamente” (S.5)</p> <p>-“É o passar do tempo vamos perdendo certas faculdades lentamente”(S.6)</p>

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

Da análise das respostas obtidas denota-se, em primeiro lugar, um sentimento de aceitação face ao passar dos anos e à chegada da idade idosa por parte dos entrevistados. Embora o referido sentimento não seja evidente em todas as respostas ele parece estar subentendido naquelas onde a palavra “aceito” não transparece com nitidez como, por exemplo, na resposta do sujeito 5 onde se pode ler que o envelhecimento acontece de forma mais lenta se “formos capazes de contrariar algumas coisas que o tempo nos traz, envelhecemos mais lentamente” (S5), ou na resposta do sujeito 6 que diz que envelhecer é “o passar do tempo, vamos perdendo certas faculdades lentamente”.

O facto de que envelhecer faz parte do processo natural da vida humana está patente em todas as respostas obtidas mas, para lá da aceitação, há também a registar um sentimento de perda, mais negativo, em relação ao envelhecimento que se mostra mais evidente nos indivíduos respondentes mais velhos, como é o caso do sujeito 4, que, recordemos, conta 81 anos, e nos diz que envelhecer é “uma degradação física do corpo, é um recordar do nosso passado.”

Sendo a resposta do sujeito 4 aquela que denota mais negatividade há ainda a registar a resposta do sujeito 6 que dá conta da perda de faculdades e até a do sujeito 5 (77 anos) que lembra as “mazelas” e a necessidade de “contrariar algumas coisas que o tempo nos traz.”

Por este aspecto é fácil aferir que a percepção face ao envelhecimento dos entrevistados vai mudando à medida que os anos se acumulam e que os idosos “novos”, se lhe pudermos chamar assim, estão mais otimistas face à nova fase de vida a que acabaram de chegar.

Em suma, e face às respostas obtidas estamos certos de afirmar que os sujeitos entrevistados encaram a chegada à fase idosa da vida com naturalidade, compreendendo também que com o envelhecimento se perdem algumas das faculdades de que foram portadores em etapas anteriores das suas vidas.

A primeira apreciação que aqui podemos fazer face à literatura exposta na primeira parte do nosso estudo vai ao encontro do que afirmou Santos (2003) quando referiu que com a velhice sobrevêm transformações a todos os níveis da vida humana, como o biológico, o emocional e até mesmo o sexual. É como refere o sujeito 3: “quando olho no espelho vejo que a imagem esta diferente de antes (...) acho que todos têm o seu momento”.

Tal como evidenciou Santos (2003) a forma como cada pessoa enfrenta os anos maduros da sua existência depende das condições subjetivas da vida que cada um teve, a forma como vivenciou a sua história pessoal, as condições socioculturais em que esteve e continua a estar inserido e até mesmo os prazeres da vida que foram sendo adiados na perspectiva de virem a ser gozados neste tempo de afastamento da vida profissional ativa.

Conhecer como o sujeito percebe o seu próprio envelhecimento

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “Como esta sendo o envelhecer para o senhor(a)?” vamos perceber a forma como os entrevistados encaram o seu processo de envelhecimento.

Quadro 3. Experiência pessoal do envelhecimento.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Percepção sobre o envelhecimento	Experiência pessoal do envelhecimento	<p>-“Já tive um AVC (...) sou muito ativa, faço vários cursos e atividades física, saio com amigas, fico pouco em casa” (S1)</p> <p>-“ Estou a ficar com menos forças físicas (...) travo uma luta permanente para que o envelhecimento físico e espiritual, seja o mais retardar possível”(S2)</p> <p>- “Já tive três intervenções cirúrgicas (...) mantenho atividades de casa, cuidar dos netos e cursos “ (S3)</p> <p>-“Aos 80 anos senti uma quebra física maior ainda (...)em termos de saúde me sinto bem (Viajar, família, participar do coral” (S4)</p> <p>-“ Estou normal (...) sinto-me bem (...) procuro fazer ginástica, conviver com pessoas, distrair-me” (S5)</p> <p>-“Esta sendo normal” (...) manter sempre em atividades” (S6)</p>

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

Os sujeitos entrevistados encaram com naturalidade os seus processos de envelhecimento. Todos denotam a ideia de que o envelhecimento é um processo natural e contínuo, para o qual têm que estar preparados e conscientes. Parece também ser tónica comum a todos os respondentes o facto de conseguirem encarar as limitações à medida que elas vão aparecendo e que, tal como no primeiro grupo de respostas deste bloco, o envelhecimento faz parte da ordem natural da vida.

A tónica mais proeminente deste conjunto de respostas é a necessidade de se manter algum tipo de atividade diária, como forma de contrariar e atrasar o processo de envelhecer como referem os sujeitos 1, 3, 5 e 6: “(...) *faço vários cursos e atividades física* (...)”; “(...) *mantenho atividades de casa, cuidar dos netos e cursos*”; “(...) *procuro fazer ginástica* (...)”; “(...) *manter sempre em atividades*”.

Logo de seguida verifica-se que quase todos os entrevistados dão conta de mudanças significativas em si próprios ao nível da saúde com exceção dos sujeitos 5 e 6. A entrevistada 1, por exemplo, com 67 anos, já sofreu um acidente vascular cerebral e a entrevistada 2 reconhece que tem menos forças físicas. Há ainda o sujeito 3 que já sofreu três intervenções cirúrgicas e o sujeito 4, o mais idoso da nossa amostra, refere que sentiu uma quebra física ainda maior depois de ter entrado na faixa dos 80 anos.

Na verdade nota-se que ambas as assunções registradas, a necessidade de se manterem ativos e as mudanças físicas verificadas pelos sujeitos, estão relacionadas já que os indivíduos praticam algum tipo de atividade com a intenção de retardar o aparecimento das inevitáveis mudanças.

Nesta perspectiva o envelhecimento pode ser entendido como um processo “tão natural e esperado quanto nascer, crescer e mudar. Mudar no sentido de sofrer transformações acompanhadas de alterações, que vão da aparência física ao comportamento e aos papéis sociais, passando por experiências e relações estabelecidas ao longo dos anos” (PORTELA, 2004, p.11) , tal como afirmou Portella (2004).

Ainda de acordo com esta perspectiva o envelhecimento pode ser entendido como um processo dinâmico e progressivo que se faz acompanhar de alterações biológicas, psicológicas e sociais que determinam progressivamente a redução da capacidade de adaptação do ser humano ao meio ambiente, fragilizando o seu estado de saúde e, conseqüentemente, levando-o à morte, tal com o preconizou Papaleo Netto (2002).

Tendo em conta o que atrás se diz podemos afirmar que o envelhecimento não deve ser percebido no sentido pejorativo uma vez que não é uma doença nem uma incapacidade mas, antes, um acontecimento natural, comum a todos os seres humanos e, até muito positivo, porque ser-se idoso significa que se conseguiu ultrapassar outras fases da vida, também revestidas de particularidades. Ser-se idoso significa que se está a trilhar bem o percurso que permeia o nascimento da morte.

3.1.3 Em torno do conceito de sexualidade

Tendo em conta que o objetivo geral do presente trabalho de investigação passa por conhecer as percepções das pessoas idosas acerca da relação entre o processo de envelhecimento e a sua sexualidade importa que se analisem também as categorias temáticas que incidem sobre o conceito de sexualidade que cada um dos sujeitos da amostra têm.

Para melhor aferirmos esta concepção vamos analisar este núcleo temático a partir da forma como os entrevistados consideram o conceito de sexualidade propriamente dito; os efeitos do envelhecimento sobre a percepção das pessoas sobre a sua sexualidade; a influência do envelhecimento sobre a sexualidade, a capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente e as preocupações sobre a sexualidade de cada um.

Percepção da Sexualidade

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “O que é para o senhor (a) sexualidade e atividade sexual?” vamos perceber a forma como os entrevistados percebem a sexualidade.

Quadro 4. Conceito de sexualidade dos sujeitos.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Conceito de sexualidade	Percepção da sexualidade	<p>-“A sexualidade era uma coisa que eu dispensava(..) nunca senti necessidade disso” (S 1)</p> <p>-“Sexualidade passa pelo carinho, entendimento, cumplicidade, ser capaz de estar juntos sem dizer nada(...) sexo é a relação entre homem e mulher (S 2)</p> <p>-“Sexualidade não é sexo é estar bem com outra pessoa (...) estar aconchegado (...)sexo é o ato sexual é um acréscimo”(S 3)</p> <p>-“Sexo é a manifestação do amor pleno(...) é a maneira de extravasar nossas emoções (S 4)</p> <p>-“Não fazia sentido viver sem sexo (...) o sexo é como alimentação, como todas as coisas que fazem parte da vida” (S 5)</p> <p>-“É a relação entre homem e mulher” (S 6)</p>

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

O modo como os sujeitos femininos percebem a sexualidade não é igual à forma como esta é entendida pelos sujeitos de sexo masculino. Duas das mulheres que fazem parte da nossa amostra deixaram transparecer a ideia de que a sexualidade é algo mais abrangente do que o ato sexual em si, tendo mais a ver com a relação de intimidade, com a partilha que envolve a construção do amor.

“Sexualidade passa pelo carinho, entendimento, cumplicidade, ser capaz de estar juntos sem dizer nada(...)” (S 2); -“Sexualidade não é sexo é estar bem com outra pessoa, estar aconchegado (...)” (S3).

Já para uma terceira respondente do género feminino o sexo parece ser algo dispensável. Esta respondente (S1), agora viúva, tem uma concepção da sexualidade afastada dos sentimentos de ternura e de afeto que as outras respondentes identificaram.

Trata-se de uma compreensão da sexualidade mais direta e negativa que nos

aparece afastada dos conceitos que o estado da arte tem identificados para esta matéria. Ela não vai de encontro, por exemplo, ao que a OMS descreve por sexualidade, não a considera como uma “energia que nos motiva a procurar amor, contato, ternura e intimidade; que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados; é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual; influencia também a nossa saúde física e mental” (OMS, 1993 cit in Vaz, 2003; Lima, 2006). As respostas dos sujeitos 2 e 3 estão muito mais de acordo com esta concepção.

Já no que diz respeito às respostas obtidas por parte dos respondentes de género masculino destaca-se o facto da sexualidade se assumir como parte importante das suas vidas. Apesar da resposta lacónica registada no sujeito 6 todos parecem estar de acordo quanto ao facto da sexualidade extravasar para lá do ato sexual propriamente dito. Todos parecem entender a sexualidade como uma interação “harmoniosa da genitalidade, da afetividade e da relação interpessoal”, tal como a descreveram Mosser (2001) e Vidal (2002). Assim, para os sujeitos masculinos da nossa amostra, e ainda em coerência com os pensamentos dos autores citados que Arcoverde (2006) referenciou, a sexualidade é mais do que um meio de prazer ela é “uma linguagem do ser humano, do corpo, é uma realidade humana multi dimensional que não pode ser reduzida a um único foco e tem diversas repercussões sociais” (MOSER, 2001; VIDAL, 2002, citados por ARCOVERDE, 2006).

Tal como vimos no início da nossa análise a este parâmetro homens e mulheres idosos não entendem a sexualidade da mesma forma sendo que para estas últimas a sexualidade esteja mais ligada a situações de carinho e aconchego e para uma delas se mostra mesmo dispensável. Na verdade, e tal como deixamos claro na primeira parte do nosso estudo, este facto pode estar ligado à relação que a mulher estabelece com o seu próprio corpo; à forma como a sociedade preconiza a beleza feminina e ao facto dos corpos das mulheres se terem modificado ao longo dos anos.

Tal como disse Nunes (1987) a grande maioria das mulheres tem no seu corpo o centro da heterossexualidade e entende-o como um mediador importante no contexto das trocas emocionais e afetivas que tem com o seu parceiro. Para a mulher é muito importante a forma como pensa e vê o seu corpo sendo portanto razoável que passe a entender a sexualidade de forma diferente quando identifica diferenças na sua forma física.

Efeitos do envelhecimento sobre a percepção das pessoas sobre a sua sexualidade

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre sua sexualidade?” vamos perceber a forma como os idosos percebem os efeitos que a idade madura tem sobre a sua sexualidade.

Quadro 5. Relação entre envelhecimento e sexualidade.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Relação entre envelhecimento e sexualidade	Efeitos do envelhecimento sobre a percepção das pessoas sobre a sua sexualidade	<ul style="list-style-type: none">-“Quando a gente fica viúva alguma coisa muda, nunca mais tive isso” (S1)-“A idade vai fazer com que não seja tão frequente”(S2)-“Meu marido tem dificuldade de ereção (...) há outros modos de afetos”.(S3)-“Quando se é jovem tudo que vier na rede é peixe, a gente casa aí acomoda” (S4).-“Muda no bom sentido, vai tendo mais calma” (S 5)-“Vai deixando de ser a quantidade e passa a ser a qualidade(...) desfruta-se mais” (S6)

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

De uma forma evidente nota-se que existe uma relação positiva entre a velhice e a forma como os idosos percebem a sua sexualidade. Para a maioria dos respondentes a sexualidade continua a fazer parte das suas vidas mas registram-se mudanças significativas face aos anos em que primavam pela juventude.

Denota-se que os sujeitos respondentes passaram a valorizar a qualidade em detrimento da quantidade e é também manifesto o facto de essa qualidade se traduzir em afetos e em serenidade conforme se pode atestar nas respostas dos sujeitos 3 e 5: “*Meu*

marido tem dificuldade de ereção(...) há outros modos de afetos”. (S3); “Muda no bom sentido, vai tendo mais calma” (S 5).

Outra das vertentes em destaque na análise da subcategoria “efeitos do envelhecimento sobre a percepção das pessoas sobre a sua sexualidade” é o tom positivo com que a maioria dos respondentes encara a sexualidade. À parte a resposta do sujeito 1, que é viúva e já em questões anteriores havia demonstrado não ser particularmente ligada à questão da sexualidade, todos os inquiridos deram conta de satisfação fase à sua sexualidade sendo que, de entre todos, se destaca a resposta do sujeito 6: *“Vai deixando de ser a quantidade e passa a ser a qualidade(...) desfruta-se mais” (6).*

Neste aspecto podemos considerar que a maior parte os sujeitos inquiridos tem a noção de que a sexualidade corresponde a uma necessidade de ordem fisiológica e emocional e que a sua expressão é diferente em face da maturidade orgânica e mental de cada um.

Tal como preconizou Ramos e González (1994), citados por Vaz (2012) podemos aferir da percepção que os idosos têm em relação à sua idade e à sexualidade esta se constitui numa forma de comunicação que resulta em prazer, bem-estar, auto estima e na busca de uma relação íntima, em que o amor e o desejo são compartilhados com outra pessoa para criar laços mais intensos (RAMOS e GONZÁLEZ, 1994, citados por VAZ, 2012).

As transformações físicas decorrentes do avanço da idade e o facto de elas interferirem na sexualidade dos sujeitos respondentes também ficam patentes na análise a este tópico bem como a estabilidade emocional que todos os inquiridos deram mostras de necessitar para explicar a forma como entendem este conceito. Todos assumiram a sexualidade como uma relação com um parceiro fixo. O sujeito 1, sendo viúvo, avança mesmo que deixou de considerar o aspecto da sexualidade na sua vida deste o momento em que o seu cônjuge faleceu.

Influência do envelhecimento sobre a sexualidade e a capacidade de amar e se relacionar emocionalmente

A partir da análise às respostas obtidas às perguntas “Em sua opinião, os idosos podem vivenciar melhor a sua sexualidade nesta fase da vida?” e “considera que na sua idade, a sua capacidade de amar e de relacionar emocionalmente mudou?”

(representadas nos quadros 6 e 7) vamos perceber a forma como o envelhecimento influencia a sexualidade e a capacidade de amar e relacionar emocionalmente.

Quadro 6. Influência do envelhecimento sobre a sexualidade e a capacidade de amar e se relacionar emocionalmente.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Relação entre envelhecimento e sexualidade	Influência do envelhecimento sobre a sexualidade e a capacidade de amar e relacionar emocionalmente	<p>-“Acredito que se meu marido estivesse aqui agora era diferente” (S1)</p> <p>-“Há fases diferentes, na primeira fase o sexo é um turbilhão (...) há uma fase em que se segue que o sexo é vivido de uma forma prazenteira”(S2)</p> <p>-“Nossa fase sexual acontece uma vez por mês, meu marido está fraco sexualmente” (S3)</p> <p>-“Quando é jovem tem que trabalhar, cuidar da família, quando fica mais velho tem mais tempo” (S4)</p> <p>-“A experiência é melhor agora” (S5)</p> <p>-“É com qualidade. Vai saboreando-se, é como uma peça de fruta tem que saborear lentamente”. (S6)</p>

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

De uma forma muito evidente podemos afirmar que o envelhecimento traz mudanças significativas para a vida sexual dos sujeitos entrevistados. Quatro dos respondentes admitem claramente que vivenciam melhor a sua sexualidade agora que são idosos. Quanto à resposta do sujeito 1 a percepção de melhoria não fica clara, uma vez que esta apenas se refere a mudança sem clarificar se a mesma seria no sentido positivo ou negativo. Outra respondente, também do sexo feminino e também no estado civil viúva, o sujeito 2, reconhece que numa fase de idade mais avançada da sua vida a sua sexualidade se tornou mais “prazenteira”.

Numa observação comparativa entre as duas respostas citadas podemos excluir o facto de que o estado civil possa influenciar a capacidade de perceber se os

idosos vivenciam melhor a sexualidade ou não ainda assim também é evidente nas respostas obtidas que a vida sexual dos sujeitos entrevistados remete para o casamento. Embora o termo propriamente dito não seja citado por nenhum dos inquiridos ele fica subentendido nas respostas dadas.

Em conformidade com a opinião de Vasconcelos (1994) podemos aqui lembrar que na velhice o êxito conjugal está intimamente relacionado à companhia, à capacidade de expressar sentimentos verdadeiros um para com o outro, num clima de segurança, carinho e reciprocidade.

A sexualidade pode ser vivenciada pelos idosos de diversas maneiras, mas sempre como expressão verdadeira de carinho e de afeto, sentimentos que não se perdem com o tempo.

Quadro 7. Alterações na capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Relação entre envelhecimento e sexualidade	Preocupações do sujeito sobre a sua sexualidade	<p>-“Nunca pensei em colocar ninguém no lugar do meu marido (...) gosto muito de viver assim” (S1)</p> <p>-“Sim, desde a doença e morte do meu marido começou uma nova fase (...) hoje eu me sinto com a sexualidade adormecida” (S2)</p> <p>-“Se calhar será normal (...)ficar mais acomodada, não pensar tantas vezes(...) estou mais tranquila” (S3)</p> <p>-“Eu sempre fui fiel à minha mulher” (S4)</p> <p>-“Para quem está viúvo, as coisas não são fáceis, tem o fator idade” mas o sexo é imprescindível (S5)</p> <p>-“Minha sexualidade continua a mesma”(...) com mais calma (...) é importante para o bem estar do casal “ (S6)</p>

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

Com a chegada da idade idosa a sexualidade dos respondentes mudou. Esta é a principal conclusão a que chegamos na análise desta subcategoria de respostas.

Das respostas obtidas subtraem-se também as ideias de comodismo e comodidade face à sexualidade, a ideia de tranquilidade, de necessidade, de calma e de bem estar. Perante estes adjetivos percebemos que a mudança ocorreu no sentido positivo.

Os sujeitos respondentes consideram que a capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente mudou seja por motivos relacionados com a própria estabilidade emocional que o acumular de experiências de vida lhes trouxe seja por motivos e convicções morais e sociais.

Em relação às questões emocionais podemos aferir a importância que elas têm na relação envelhecimento/sexualidade a partir das respostas dos sujeitos 3 e 6: “*Se calhar será normal (...) ficar mais acomodada, não pensar tantas vezes(...) estou mais tranquila*” (S3); “*Minha sexualidade continua a mesma*”(…) *com mais calma (...) é importante para o bem estar do casal* “ (S6)”.

Os aspetos sociais e de carácter moral parecem ter um grande peso como se pode verificar pelas respostas dos sujeitos 1, 2, 5 e até do sujeito 4 que, sublinha a questão da fidelidade matrimonial para explicar o fim da sua vida sexual com a partida do seu cônjuge. Neste conjunto destaca-se a resposta do sujeito 5 que contrapõe a premissa católica e social da viuvez como o fim da sexualidade com a necessidade biológica de sexo.

Tal como disse Ferros “a sexualidade experiência se e expressa-se através de pensamentos, valores, comportamentos, práticas, papéis e relacionamentos[...] é influenciada pelas interações de fatores biológicos, psicológicos, sociais, económicos, culturais, éticos, legais , históricos, religiosos e espirituais.” (2005, p. 149, citado por Vaz 2012).

Preocupações do sujeito sobre a sua sexualidade

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “preocupa-se com a sua sexualidade?” vamos perceber as preocupações dos sujeitos face à sua sexualidade.

Quadro 8. Preocupações do sujeito sobre a sua sexualidade.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Relação entre envelhecimento e sexualidade	Preocupações do sujeito sobre a sua sexualidade	<p>-“Depois da morte do meu marido, pra mim acabou” (S1)</p> <p>-“Tudo tem seu tempo (...) já conclui meu percurso” (S2)</p> <p>-“Gosto de me por só de roupa íntima para meu marido (...) gosto de ouvir aquelas coisas que mulher gosta de ouvir “tas gira” (..) as vezes ele nem liga (...) (S3)</p> <p>-“A minha religião pesa muito”(S4)</p> <p>-“É preocupante porque estou vivo, porque havia uma necessidade de sexo” (S5)</p> <p>Preocupado mais não posso fazer nada (S6)</p>

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

O quadro acima dá conta das preocupações que os entrevistados têm com a sua sexualidade e a palavra que aqui poderíamos destacar seria heterogeneidade. De facto os nossos respondentes estão divididos quanto a não estarem preocupados e, por outro lado, a manifestarem preocupação em relação a esta matéria.

Numa observação concreta às respostas obtidas e relacionando as mesmas com os estados civis dos respondentes também não podemos aferir com exatidão que aqueles que já perderam os cônjuges deixaram de se preocupar com a sua sexualidade. Na verdade esta relação parece existir quando se trata dos respondentes viúvos de sexo feminino mas não no de sexo masculino, como é o caso do sujeito 5: *“É preocupante porque estou vivo, porque havia uma necessidade de sexo” (S5).*

Quanto ao sujeito 4, o mais idoso da amostra, que também é viúvo, a preocupação parece ter sido apagada pelo fator religiosidade: “A minha religião pesa muito” (S4). Por esta resposta podemos dizer que a opinião de Pacheco, citado por Pinto (2012), continua válida, pois, de facto, ainda é notável o conjunto de influências, positivas e negativas, que a religião acaba por ter na vivência sexual do ser humano.

Considerando a parte da amostra que afirmou algum tipo de preocupação quanto à sexualidade temos sujeitos respondentes casados e também um viúvo. A

respondente 3 disse que este aspecto da sua vida ainda é importante e confirmou que tem em consideração a sexualidade na relação com o seu marido. Quanto ao respondente 5 a preocupação existe mas transparece da sua resposta algum tipo de entrave à realização plena da sua vida afetiva o que poderá ter a ver com o fato de o mesmo já contar 77 anos e estar viúvo. Pesa contra si o fator do preconceito social porque, na verdade, ainda existe uma visão estigmatizada da sexualidade na velhice o que tem reflexos na atitude de muitos idosos, que acabam por limitar ou extinguir a sua vida sexual.

Perante as respostas dos sujeitos 1, 2, 4 (todos viúvos) podemos afirmar que, tal como sublinhou Bonança (2008), o preconceito cumpre o papel de reprimir a sexualidade dos idosos. Ele é o responsável pela concepção da ideia de que os idosos não podem ser sexualmente ativos, não podem dar nem receber prazer na fase mais avançada das suas vidas.

Fatores interferentes e manifestações da sexualidade do sujeito

No próximo grupo de quadros apresentados, que correspondem aos fatores interferentes e manifestações da sexualidade do sujeito vamos tentar conhecer a forma como os respondentes percebem as interferências na sua sexualidade; vamos conhecer a opinião do sujeito sobre as manifestações da sua sexualidade em duas fases distintas da sua vida; conhecer a opinião do sujeito sobre a sua atividade sexual na atualidade e a forma como os entrevistados percebem as interferências na sua sexualidade.

Fatores interferentes na sexualidade do sujeito

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade” vamos perceber quais os fatores que interferem com a sexualidade do sujeito.

Quadro 9. Fatores interferentes na sexualidade do sujeito.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Fatores interferentes e manifestações da sexualidade do sujeito	Fatores interferentes na sexualidade do sujeito	-“Sou uma pessoa religiosa (...) meu filho nem pode pensar...” (S1) -“Preocupação (...) responsabilidade com filhos e depois tenho outros valores”(S2) -“Meu marido estar mais acomodado que eu (...) ele tem dificuldades na hora do sexo”(S3) -“Neste momento nem sei avaliar a mim próprio, há quatro meses não toco meu corpo”(S4) -“A falta de companhia, solidão” (S5) -“Doenças, preocupações com filho, psicológico, imagem” (S6)

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

São muitos e das mais variadas ordens os fatores que interferem na sexualidade dos sujeitos respondentes. A religião, os filhos, os valores sociais, as condições de saúde, a relação pessoal com o corpo e a solidão são os motivos apontados pelos respondentes como entraves à realização de uma vida sexual plena e ativa.

São motivos que não se podem desvincular da condição de se ser idoso.

O sujeito 1, por exemplo, dá conta na sua resposta do medo que sente em relação à reação que o seu filho teria se descobrisse uma eventual atividade sexual por parte da mãe.

Na verdade, no contexto familiar são geralmente os filhos os primeiros a negar a sexualidade dos pais chegando mesmo a interpretar os seus progenitores como seres assexuados, como referiu Ribeiro (2002), ou como pessoas portadoras de uma doença mental relacionada com a sexualidade e que normalmente se traduz no adjetivo perverso.

Para além dos filhos, as crenças e os valores sociais, aqui aludidos pelo sujeito 2, reforçam o mito da velhice assexuada de que falava Ribeiro (2002) e dão vida a uma imagem negativa do idoso que se expressa com naturalidade acerca da sua vida mais íntima. Do ponto de vista da sociedade e da própria concepção que os idosos têm

sobre os pensamentos dos outros, ter uma vida sexual ativa na idade idosa ainda é considerado um desvio ou um ato de natureza insana, um desajuste entre o ser da sexualidade que os filmes americanos moldaram e o corpo físico envelhecido que procura o prazer.

Outro aspecto ressaltado no quadro 9 remete para o corpo físico, aquele que Miranda considerou “o espaço da atuação institucional”. O corpo tem um papel fundamental na sexualidade e o corpo dos idosos é diferente do corpo jovem pelo que é impossível observar a sexualidade sem aludir ao corpo e à forma como os próprios sujeitos lidam com ele. Para além do aspecto físico outra das vertentes relacionadas com o corpo que se apresenta como um fator que interfere na sexualidade são as doenças, seja do próprio como as que afetam os parceiros dos sujeitos: “Meu marido estar mais acomodado que eu (...) ele tem dificuldades na hora do sexo” (S3).

A solidão é outro fator apontado como capaz de interferir nas manifestações de sexualidade do sujeito, “*A falta de companhia, solidão*” (S5)”. Na verdade, e ao contrário daquilo que a relação das palavras sexualidade/solidão nos poderia levar a pensar, ou seja que a necessidade de extravasar a sexualidade servisse de motor de busca e fuga à solidão ela surge, antes, como inibidor da própria sexualidade. A solidão é percebida como algo negativo na velhice porque ela é reflexo da perda de familiares e amigos e por isso os idosos tendem a isolar-se ainda mais e perdem a conexão que tinham com o mundo.

Manifestação da sexualidade em duas fases distintas da vida do sujeito

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “acredita que as manifestações sexuais são melhores agora ou na juventude?” vamos perceber a opinião dos sujeitos sobre a manifestação da sua sexualidade.

Quadro 10. Opinião dos sujeitos sobre a manifestação da sua Sexualidade.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Manifestação da sexualidade em duas fases distintas do sujeito	Opinião dos sujeitos sobre a manifestação da sua sexualidade	<p>-“Quando me casei éramos afoitos (...) hoje, não sei dizer” (...) (S1)</p> <p>-“Na juventude é tudo muito explosivo, na idade mais madura, se torna mais calmo”(…) (S2)</p> <p>-“Antes era muito afoita, gostava muito (...) é melhor agora mesmo sendo menos vezes (...) carinho, preliminares também é bom” (...)” (S3)</p> <p>-“É na juventude (...) parceiro é mais jovem (...) estou convencido de que com grande amor a coisa pode se prolongar” (S4)</p> <p>-“Não digo que são melhores, cada coisa a seu tempo naquela altura as manifestações sexuais eram muito boas e agora continuam sendo muito boas também” (S5)</p> <p>- “Na vida tudo é uma questão de troca, interesses. Quando mais velho tem um jogo de interesse, ou pela beleza ou posição social e econômica” (S6)</p>

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

A primeira observação ao presente quadro demonstrativo das respostas obtidas junto da nossa amostra dá nota do facto de duas das respondentes de sexo feminino considerarem que as manifestações sexuais são melhores na velhice, ou na idade madura do que eram na juventude. Ambas classificam o ato sexual dos seus primeiros anos de experiências nesta matéria de afoitos e explosivos mas destacam que a calma, a maturidade, o carinho e até os preliminares que vão chegando à medida que os anos passam, melhoram a relação que se tem com o parceiro e o entendimento pessoal que se tem acerca da própria sexualidade.

Apesar de uma das inquiridas já referida ser viúva a resposta por ela apresentada é muito diferente da outra respondente também viúva, e com idade quase

similar, o que demonstra que a percepção que cada um tem da sexualidade é muito diversa e influenciada por uma multiplicidade de fatores internos e externos onde não deixa de ter influência até a personalidade mais tímida e acanhada.

Do ponto de vista masculino é mais arriscado avançar uma conclusão pois das três respostas registradas levantam-se três opiniões distintas. Para o sujeito 4 as manifestações sexuais eram melhores na juventude e talvez se pudessem prolongar se fossem associadas ao amor.

Já o sujeito 5 não se mostra capaz de clarificar uma idade melhor para a sexualidade garantindo que em ambas as fases da vida as relações afetuosas são boas, mas diferentes.

A resposta do sujeito 6 sugere alguma negatividade, vem afastada de adjetivação sentimental e está mais relacionada com a beleza física, a posição social ou questões económicas. Este respondente entende a sexualidade de uma forma materialista desprovida de sentimentos e emoções.

Neste conjunto das respostas masculinas será interessante voltar atrás e destacar o ponto de vista que caracteriza a resposta do sujeito 4 uma vez que este se refere ao amor como fator potenciador de uma sexualidade melhor indo de encontro ao que preconiza a OMS quando declara que “A sexualidade é uma energia que nos motiva a procurar amor, contato, ternura e intimidade; que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados; é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual; influencia também a nossa saúde física e mental” (OMS, 1993 cit in VAZ, 2003; LIMA, 2006).

De uma forma geral podemos afirmar que a generalidade dos sujeitos respondentes consideram a sexualidade na idade idosa.

Conhecer a opinião do sujeito sobre a sua atividade sexual na atualidade

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “atualmente tem um relacionamento sexual satisfatório e que traz felicidade?” vamos aferir se os sujeitos respondentes têm uma vida sexual ativa.

Quadro 11. Atividade sexual do sujeito na atualidade.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Conhecer a opinião do sujeito sobre a sua atividade sexual na atualidade	Opinião dos sujeitos sobre a manifestação da sua sexualidade	-“Não tenho (...) meu filho nem pode pensar nisso”(S1) -“Não tenho (...) estou voltada para outros valores”(S2) -“Tenho, temos mais manifestação de carinho (...) se pudesse melhorar o desempenho do marido ficaria melhor”(S3) -“Não tenho, a religião que sigo pesa muito (...) sou uma pessoa conservadora (...) tem que ter uma harmonia com a igreja” (S4) -“Não tenho (...) sinto falta da companheira que faleceu há pouco tempo” (S5) -“Tenho, acho importante para a saúde, a convivência e o bem estar do casal” (S6)

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS

Tendo em conta que o objetivo principal deste grupo de análise era aferir da existência, ou não, de atividade sexual na vida dos sujeitos respondentes podemos enfatizar o destaque claro da resposta não. Quatro dos seis entrevistados já não têm qualquer tipo de atividade sexual nas suas vidas. É interessante constatar que todos os inquiridos que responderam que já não mantém uma vida sexual ativa são os que no estado civil se apresentam como viúvos.

Os dois sujeitos que responderam afirmativamente estão casados. Portanto, o facto de manterem uma relação conjugal é um fator importante para a sexualidade na vida idosa. Da mesma forma, mas do ponto de vista contrário, concorrem para a falência desta atividade na vida dos indivíduos o desaparecimento dos companheiros e outros fatores, sociais, morais e religiosos que os impedem de procurar novos relacionamentos e afetos.

Numa análise mais profunda e pormenorizada às respostas obtidas é interessante destacar a alusão que o sujeito 1 faz ao filho como alguém que a impede de manter desperta a sua sexualidade: “*meu filho nem pode pensar nisso*”(S1).

Também o sujeito 2, que respondeu negativamente à nossa questão, acrescenta à resposta a ideia de que substituiu a sexualidade por outros valores e, como ela, também o sujeito 4 faz questão de explicar a sua abstinência como se de uma troca se trata-se, no caso, uma troca pela religião. Finalmente o sujeito 5 justifica a cessação da sua atividade sexual com a morte da sua companheira de vida.

Do lado dos sujeitos que afirmaram manter acesa a sua sexualidade começamos por analisar a resposta do sujeito 3, do sexo feminino e casada. Apesar do marido manifestar algumas dificuldades relatadas pela própria ao nível do desempenho sexual a respondente dá conta de valorizar as manifestações de carinho de que é alvo e que pratica e também refere que se pudesse melhorar o desempenho do marido a sua sexualidade seria melhor. Apesar das perdas aqui relatadas a respondente enfatiza os ganhos de nível sentimental que a sua sexualidade lhe traz e parece continuar à procura de informações que possam favorecer a condição do marido e, consequentemente, melhorar a qualidade de vida dos dois.

Já em 2005 a investigadora Catusso (2005) sublinhava a noção de que as mulheres mantinham um maior interesse pelo relacionamento amoroso em detrimento da ideia de sexualidade associada ao sexo enquanto ato exclusivo de prazer.

O outro respondente que declarou manter atividade sexual na atualidade, também casado mas de sexo masculino, pode servir como exemplo contrariador do que dizia Catusso (2005) pois também ele se mostrou bastante preocupado com o bem-estar da sua companheira embora tenha colocado a ênfase desse sentimento no casal. Para este respondente o sexo é também importante para a saúde e para a convivência entre os cônjuges. Trata-se de uma visão da sexualidade que privilegia o companheirismo e continua focada no casamento.

Conhecer a forma como os entrevistados percebem as interferências na sua sexualidade

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “Que fatores despertam a sua sexualidade nessa fase da vida?” vamos descobrir quais os fatores que interferem na sexualidade dos sujeitos.

Quadro 12. Fatores que despertam a sexualidade do sujeito.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Conhecer a forma como os entrevistados percebem as interferências na sua sexualidade	Fatores interferentes da sexualidade do sujeito	-“Não sei dizer” (S1) -“Não despertam ” (S2) -“É o olhar (...) falar com pessoa no caso meu marido (...) o toque, me arrumar, umas palavrinhas quando meu marido diz “ estás gira”, me vestir pra ele”(S3) -“Cenas eróticas, pornografias (...) mulher jovem” (S4) -“ O próprio desejo sexual que a pessoa tenha (...) é a aproximação de pessoas que nos despertam interesse íntimo” (S5) -“É uma peça formada por vários conjuntos (...) carícia, desde um olhar, desde a forma física, desde tudo, desde inclusive o ambiente” (S6)

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABs.

O presente quadro evidencia que a sexualidade dos sujeitos pode ser despertada por uma multiplicidade de fatores.

Subtraíndo desta análise concreta os sujeitos 1 e 2, o primeiro porque não soube responder e o segundo porque admitiu que não existem factores que lhe despertem a sexualidade, temos um amplo leque de elementos que concorrem para manter viva a sexualidade das pessoas idosas, tais como o olhar; o toque, as palavras elogiosas; a aproximação pessoal; as carícias, o ambiente em que os sujeitos se encontram, o erotismo, a pornografia e até as mulheres de idade mais jovem.

Neste conjunto de respostas em particular não parece haver uma coerência de pensamento de sujeito para sujeito e isso é, desde logo, facto demonstrador de que a sexualidade é vivida de forma diferente por cada um.

Também podemos aferir de que a abstinência, mesmo aquela que se justifica com motivos religiosos (se tivermos em conta os dados aferidos no quadro 11 relativamente ao sujeito 4) não é motivo impeditivo de se deixar de pensar em sexualidade: “Cenas eróticas, pornografias (...) mulher jovem” (S4). O sujeito quatro, viúvo, que se confessou muito religioso e conservador para além de manter uma relação

de estreita harmonia com a Igreja, assume como factores interferentes da sua sexualidade aqueles que o senso comum atribui directamente ao sexo, o erotismo e a pornografia.

Na resposta do sujeito 4 vamos de novo de encontro à afirmação de Ferros (2005), citado por Vaz (2012), que diz que a sexualidade humana se assume como um aspeto central de todo o ciclo de vida e inclui “sexo, identidade de sexo, papéis sexuais, orientação sexual, erotismo, prazer, intimidade e reprodução [...] A sexualidade experiencia-se e expressa-se através de pensamentos, valores, comportamentos, práticas, papéis e relacionamentos[...] é influenciada pelas interações de factores biológicos, psicológicos, sociais, económicos, culturais, éticos, legais, históricos, religiosos e espirituais.” (Ferros 2005, citado por Vaz 2012, p. 149).

Também o sujeito 6 admite a importância da sexualidade na sua vida quando afirma que considera como factores inerentes da sexualidade a “*carícia, desde um olhar, desde a forma física, desde tudo, desde inclusive o ambiente*”. Depreende-se a partir do leque de factores aqui apontados que o sujeito 6, tal como o sujeito 4 e o sujeito 5 e até o sujeito 3, interpretam a sexualidade como o ato sexual em si mesmo, mas a sexualidade não deve ser resumida ao âmbito dos impulsos genitais uma vez que este é apenas uma das múltiplas formas que se podem usar para a vivenciar.

A importância da Universidade Sénior de Beja na Sexualidade do idoso

A partir da análise às respostas obtidas à pergunta “considera que o fato de frequentar a Universidade Sénior, poderá propiciar um encontro com um (a) novo (a) companheiro(a)?” vamos discernir o papel da Universidade Sénior no que respeita à sexualidade do idoso.

Quadro 13. Papel da Universidade Sénior no que respeita à sexualidade do idoso.

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	UNIDADES DE REGISTRO
Importância da Universidade Sénior de Beja na sexualidade do idoso	Papel da Universidade Sénior no que respeita à sexualidade do idoso	<p>-“Pra mim, nem penso nisso (mas já aconteceu namoros entre colegas”(S1)</p> <p>-“Na minha perspectiva uma amizade sim,(...) conheço casos, pelo menos dois” (S2)</p> <p>-“Sim, pode influenciar, o local é ótimo para quem está só, é um fator positivo” (S3)</p> <p>-“Acho que sim(...) já temos exemplos(...) já vi alguns casos especialmente aquelas pessoas isoladas” (S4)</p> <p>-“Estamos sempre em contato com pessoas(...) vamos aproximando, vamos falando e vendo se há um interesse”(S5)</p> <p>-“Sim, é um ótimo lugar para quem está sozinho”(S6)</p>

Fonte: Dados recolhidos pela Investigadora durante o período de Março a junho de 2014 através da aplicação das entrevistas semi- estruturadas realizadas aos alunos que frequentam a SABS.

No grupo de questões de entrevista que aferiam sobre o papel que a Universidade Sénior, no caso concreto a instituição de Beja, tem em relação à sexualidade dos idosos o grupo respondente foi unânime em considerar que a frequência daquele espaço propicia encontros e favorece o estabelecimento de novas relações embora nenhum dos entrevistados tenha falado na primeira pessoa, ou seja, nenhum deles encontrou um novo parceiro naquela universidade.

O sujeito 1, o sujeito 2 e o sujeito 4 confirmaram ter conhecimento de colegas que já desenvolveram relacionamentos de afetividade entre si depois de se terem conhecido na Universidade Sênior de Beja e os restantes sujeitos concordaram que aquele espaço é bom para ultrapassar situações de solidão.

Na verdade, e tal como disse Jacob (2012) os idosos frequentam as Universidades Sêniore para adquirirem novos conhecimentos mas também para manterem uma participação ativa na sociedade que é favorecida pelas atividades que a

própria universidade fomenta. Para além destes aspetos favorecedores da frequência de instituições de ensino sénior os idosos são alvo de ações de promoção do convívio e vão criando laços sociais e de amizade que afastam estados de solidão e depressão comum à classe mais idosos da sociedade já afastada da vida profissional e, muitas vezes, já a vivenciar a experiência do luto pelo cônjuge. Assim podemos afirmar que as Universidades Sêniores são importantes polos de socialização pois conseguem mobilizar as vantagens da aprendizagem ao longo da vida em favor da criação de laços de amizade que são muito positivos para o favorecimento do bem estar do idoso (JABOB, 2012).

De todas as respostas obtidas junto dos respondentes ao tópico sintetizado no quadro 13 a resposta do sujeito 5 é aquela que mais evidencia o facto da Universidade Sénior ser um local que favorece o encontro de novos parceiros para o estabelecimento de relações de afetividade e para a continuidade da sexualidade dos idosos: “Estamos sempre em contato com pessoas(...) vamos aproximando, vamos falando e vendo se há um interesse”(S5).

É importante ressaltar o facto que a partir das respostas obtidas também se percebe que os idosos, tal como o sujeito 5 e aqueles que foram mencionados nas respostas dos sujeitos 1, 2 e 4, não estão fechados sobre si próprios no que toca à sua sexualidade e, estando perante as oportunidades, continuam dispostos a aceitar partilhar o seu tempo, as suas vidas e os seus corpos com novos parceiros.

3.2 VERIFICAÇÃO DOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Com a pergunta de partida definida que, recordemos, pretendia descobrir “Como é que as pessoas idosas vivenciam a sua sexualidade nessa fase da vida?”, operacionalizamos a verificação dos objetivos específicos que se caracterizam por ser uma resposta provisória à pergunta atrás transcrita.

O nosso primeiro objetivo específico passava por definir e caracterizar a sexualidade do idoso como uma condição para sua qualidade de vida;

A segunda prendia-se com a descrição dos fatores interferentes na sexualidade dos idosos entrevistados; e a terceira visava a análise de como os idosos entrevistados percebem a sua sexualidade.

De acordo com os dados recolhidos podemos começar por afirmar que os objetivos específicos definidos antes da aplicação do instrumento à amostra são válidos uma vez que se verificou que a sexualidade continua a desempenhar um papel importante na vida do idoso e não foi afastada dos seus comportamentos nem dos seus pensamentos pelo facto destes terem completado 65 ou mais primaveras. Na verdade a sexualidade aparece como um dos fatores importantes para a promoção da qualidade de vida dos respondentes na medida em que esta não se resume à ausência de doenças tendo também a ver com as experiências vividas, com os relacionamentos familiares e sociais, com o companheirismo e com a troca de afetos, entre outros aspetos.

Através da aplicação do instrumento, da recolha e análise dos dados obtidos foi possível verificar que vários fatores interferem na sexualidade dos idosos sendo que muitos deles são positivos e favorecem a sexualidade e outros concorrem para que esta seja reprimida pelo próprios idosos como a opinião dos familiares mais próximos, as convicções religiosas e até a saúde dos idosos e dos seus parceiros.

Os idosos vivenciam a sexualidade numa relação muito estreita com os sentimentos de amor e carinho, recusam a sexualidade enquanto sexo e a forma como o viam e viviam na idade jovem. Trata-se de uma sexualidade madura, entendida como necessidade física mas, principalmente, emotiva e contributiva para o aumento da autoestima pessoal, logo da qualidade de vida.

CONCLUSÃO

A presente investigação permitiu uma maior compreensão sobre a relação que se estabelece entre o envelhecimento e a sexualidade. De acordo com os dados recolhidos pode-se agora afirmar que, apesar dos mais variados entraves colocados à pessoa idosa, entraves de cariz físico, biológico, social, religioso e até familiar, a sexualidade não se extingue com o envelhecimento. Ela é condicionada pelos aludidos fatores mas continua a fazer parte da vida das pessoas idosas, mesmo que seja só em pensamento.

Tendo em conta os dados obtidos podemos concluir que a sexualidade na terceira idade é mais apegada ao amor, ela é entendida como o culminar de uma relação onde os afetos, o carinho e a preocupação com o outro assume lugar de destaque.

Apesar destas evidências também ficou patente na nossa investigação que os idosos se deixam condicionar pelos entraves, pelo preconceito, e por isso a sexualidade é mais difícil de concretizar quando o estado civil do geronte é a viuvez. Muito mais difícil ainda se se tratar de uma viúva.

No geral, em face deste estado civil, o normal é os idosos se passarem a ver a eles próprios como que assexuados. Isentos de uma parte de si sem tão pouco questionarem essa falta ou agirem no sentido de a contrariar. Os motivos que registamos são os filhos, que não podem sequer imaginar que a mãe viúva tem comportamentos sexuais, e a religião. Registra-se aqui o que já havíamos constatado na parte teórica do presente estudo quando demos conta da afirmação de Sanches (1999) de que os preconceitos dos filhos e da família em geral concorriam como fatores inibidores da sexualidade na idade idosa.

O preconceito familiar, e outros preconceitos sociais, ficaram bem marcados na nossa pesquisa e a verdade é que os idosos são mesmo alvo fácil das opiniões desfavoráveis tanto pela sua condição de idosos, muitas vezes vistos como estorvo como pela sua sexualidade que as famílias tendem a negar ou a ignorar. (FINGER, 2012).

Parece-nos também ter ficado evidente que a saúde e a condição física do indivíduo e a do seu companheiro também concorrem para a existência, ou não, de sexualidade na idade idosa. As condições físicas desfavoráveis haviam já sido referenciadas, entre outros, por Sanches (1999) que também aludiu o facto das

limitações na saúde diminuam o desejo sexual. Há ainda que ter em conta que o próprio mecanismo biológico que regula e faz funcionar a libido humana também é afetado naturalmente pelo passar dos anos.

Outra conclusão que pretendemos sublinhar tem a ver com o facto da sexualidade ser entendida de forma diferente por homens e mulheres sendo que, para a classe feminina ela parece ter mais valor com a chegada da terceira idade. Este facto prende-se com a ideia atrás sublinhada de a sexualidade se alargar a outros campos para os mais idosos e se abrir totalmente ao amor. As mulheres apreciam os carinhos e os afetos, as conversas e a compreensão, gostam de ser mimadas e os homens estão mais dispostos darem mais de si nestes aspetos quando são mais velhos.

Apesar de todas as condicionantes que referimos ao longo do presente estudo e verificamos aquando da análise às respostas obtidas pela aplicação do instrumento de investigação a verdade é que a sexualidade na velhice tende a ser um tema cada vez mais atual e cada vez mais debatido não fossem as próprias condições demográficas do mundo ocidental. Há cada vez mais idosos, há cada vez melhores condições de vida para os idosos, são cada vez mais as respostas da medicina aos mais variados problemas de saúde que afetam esta faixa etária e por isso será cada vez mais normal que estes se continuem a preocupar, e a querer manter ativa, a sua sexualidade.

A sexualidade na terceira idade é um conceito que não pode ser dissociado da concepção da qualidade de vida. Tal como fez Vaz (2012) também com a nossa investigação pensamos ter verificado que a sexualidade é um fator importante e tem um impacto bastante positivo na vida das pessoas mais velhas. O facto de manterem algum tipo de sexualidade favorece o sentimento de “estar vivo” e concorre para a eliminação de problemas psicológicos como a depressão e o isolamento.

Neste sentido a frequência de instituições sociais próprias para a terceira idade, nomeadamente as Universidades Sêniores, pode ser um bom ponto de partida para o encontro de novos parceiros e a partilha de ideias que possam combater os estigmas e os preconceitos relacionados com esta temática.

No presente estudo o papel desempenhado pelas universidades da terceira idade na questão da sexualidade dos idosos foi apenas aflorado, pelo que sugerimos que estudos futuros possam ter em atenção esta temática. O aprofundamento de matérias que envolvam a criação e a fomentação da existência de espaços como as universidades da terceira idade pode contribuir de forma positiva para o combate ao preconceito em relação à sexualidade das pessoas idosas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALEOTTI, R. *Disfunção erétil e sua teia de significados*. (Dissertação Doutorado). São Paulo: PUC-SP, 2004.

ALMEIDA, T. de; LOURENCO, M. L. Envelhecimento, amor e sexualidade: utopia ou realidade? *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: 10(1): 1-7, 2007. Disponível em: revista.unati.verj.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232007000100008ing=PT&nrm=iso.

ANDRADE, M. M. de. *Introdução à Metodologia do Trabalho Científico*. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2005.

ARCOVERDE, M. A. M. A Percepção da Sexualidade do Corpo Idoso (dissertação de mestrado). Retirada de <http://www.ppgenf.UFPR.br>.

BARBIERI, N. A. Trabalho com velhos: algumas reflexões iniciais. *Revista Pulsional de Psicanálise*. Ano XVI, n. 173, set./2003, p. 18-24.

BARDIN, L. *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 2011. p.44.

BENTO, J.; GONÇALVES, M. C.; PRIZMIC, P. *Sexualidade: autoconhecimento e qualidade de vida*. São Paulo: Alaúde, 2007.

BODACHNE, L. *Como envelhecer com saúde*. 2. ed. Curitiba: Universitária Champagnat, 1996.

BOGDAN, R., & BICKEN, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*. Porto: Porto Editora.

BONANÇA, P. *Sexualidade e Tabu na Terceira Idade*. Rio de Janeiro: 2008.

BUTLER, R.; LEWIS, M. *Sexo e amor na terceira idade*. São Paulo: Summus, 1985.

CARVALHO, C. V. F.; FERNANDES, M. E. D. Depressão no idoso. In: PAPALEO NETTO, M. (Org.). *Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. Rio de Janeiro: Atheneu, 2002, cap. 16, p. 160-173.

CATUSO, M. C. Rompendo o silêncio: desvelando a sexualidade em idosos. *Revista Virtual Textos & Contextos*. Ano IV, n. 4, 2005.

COSTA, A. C. de O. *Sexualidade e envelhecimento: a demanda de atualização de crenças e valores*. (Dissertação Mestrado). São Paulo: PUC-SP, 2008.

FIGER, A. *Sexualidade na terceira idade*. Disponível em: http://www.arthurfiger.psc.br/textos-e_artigos/3408/sexualidade_na_terceira_idade, 2012. Acessado em: 07.jun.2013.

FLEURY, H. J. Sexualidade: menopausa e andropausa. *Revista Brasileira de Psicodrama*. São Paulo: vol. 12, n. 2, 2004, p. 85-98.

GAJARÇA, José Ângelo (1986) Como Enfrentar a Velhice; São Paulo: Icone Editora.

GOMES, F. A.; ALBUQUERQUE, A. NUNES, J. S. Sexologia em Portugal. Lisboa: texto, 1987.

HILL, M. & HILL, A. (2002). Investigação por Questionário. 2ª edição. Lisboa: Edições Sílabo.

KAMKHAGI, D. *O envelhecimento como metáfora da morte: a clínica do envelhecer*. (Dissertação Doutorado). São Paulo-SP: PUC, 2007.

LIMA, P. M. R. de. *A arte de envelhecer: um estudo sobre história de vida e envelhecimento*. (Dissertação Pós-Graduação). Brasília-DF: UnB/Depto Psicologia Clínica, junho/2008.

LOPEZ, F.; FUERTES, A. (1999). Para compreender a sexualidade. Lisboa: A.P.F. MACEDO, R. M. S.; KUBLIKOWSKI, I. O sonho da eterna juventude: percepção do envelhecimento de uma perspectiva de gênero. *Psicologia Revista*. São Paulo: 10:11-22, mai./2000.

MESSY, J. *A pessoa idosa não existe*. São Paulo: Aleph, 1992.

MIRANDA, F. N. Representação social da sexualidade entre idosos institucionalizados. In: UNOPAR. *Revista Científica, Psicologia e Saúde*. Londrina: 7(1): 27-34, out., 2005.

MIXÃO, M. L.; BORGES, J. C. F. A sexualidade no idoso. *Revista de Enfermagem*. 2ª Série. Lisboa: Associação Portuguesa de Enfermeiros, 2006.

MOLETTA, A. K. *Sexualidade na terceira idade: um estudo de caso*. Anais do XVI EAIC, 26-29 set./2007.

NEGREIROS, T. C. G. M. *Sexualidade e gênero no em velhecimento*. In: Alceu, vol. 5, n. 9, p. 77-6, jul./dez., 2004.

PAPALEO NETTO, M. *Gerontologia: A velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. 2. ed. Rio de Janeiro: Atheneu, 2002.

PAPALIA, D. E. *Desenvolvimento Humano*. Porto Alegre: Artmed, 2006.

PIRES, C. L. Explore a sua sexualidade. In: RIBEIRO, D.; PAÚL, C. (Orgs). *Manual de Envelhecimento Activo*. Lisboa; Lidel Edições Técnicas, 2011. Cap. 5, p. 113-139.

PORTELLA, M. R. *Grupo de terceira idade: a construção da utopia do envelhecer saudável*. São Paulo: UFP, 2004.

PY, L. De estrelas e brilhos infinitos. *A terceira idade*. São Paulo: SESCSP, v. 17, n. 35, p. 1-17, 2006.

- RIBEIRO, A. Sexualidade na terceira idade. In: PAPALEO NETTO, M. (Org.). *Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. Rio de Janeiro: Atheneu, 2002, cap. 13, p. 124-135.
- RISMAN, A. Sexualidade e Terceira Idade: uma visão histórico-cultural. *Textos Envelhecimento*. Rio de Janeiro: Unati/VERJ, v. 8, n. 1, p. 89-115, 2005.
- RODRIGUES, L. C. B. *Vivências da sexualidade de idosos(as)*. (Dissertação Pós-Graduação). Rio Grande: Universidade Federal do Rio Grande, 2008. Disponível em: <http://www.faxitsoftware.com> For evaluation only.
- RUIZ, J. A. *Metodologia Científica: guia para eficiência nos estudos*. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1991.
- SÁNCHEZ SALGADO, C. D. *Gerontologia social*. Porto Rico: Publicaciones Puertoriquenas, 1999.
- SANTOS, S. S. dos. *Sexualidade e amor na velhice*. Porto Alegre: Sulina, 2003.
- SOUSA, M.J.;Baptista,C.S.(2011)., Como fazer investigação, dissertações, teses e relatórios. Lisboa:Pactor.
- STREY, M. N. Gênero. In: JACQUES, M. G. et al. (Orgs). *Psicologia Social Contemporânea*. Petrópolis: Vozes, 1998, p. 181-193 citado em maio de 2007.
- TORRES, W. C. Morte e desenvolvimento humano. In: PY, L. (Org.). *Finitude: uma proposta para reflexão prática em gerontologia*. Rio de Janeiro: Nau, p. 55-66, 1999.
- TUCHERMAN, S. E. *Sexualidade*. Rio de Janeiro: Manual X, 2008.
- VASCONCELLOS, D. et al. A sexualidade no processo do envelhecimento: novas perspectivas – comparação transcultural. *Estudos de Psicologia*. Natal, vol. 9, n. 3, set./dez., 2004.
- VAZ, C. M. A. *Aspectos da Vida Sexual na Terceira idade – uma abordagem qualitativa e exploratória da percepção do cuidador formal sobre a sexualidade do idoso*. (Dissertação Mestrado). Bragança: Instituto Politécnico de Bragança/Escola Superior de Educação, 2012.
- WHO (2002) Active Ageing – A Policy Framework. A Contribution of the World Health Organization to the second United Nations World Assembly on Aging. Madrid, Spain, April, 2002.

Apêndices

Apêndice I
-Guião da entrevista semi estruturada-

Guião da entrevista semi estruturada

A entrevista é feita aos idosos que participam dos cursos da Universidade Sénior de Beja. Terá duração máxima de 60 minutos e será feita de acordo com a disponibilidade de cada entrevistado.

O roteiro da entrevista contempla 21 questões que cobrem os seguintes assuntos:

- 1) Dados de identificação do entrevistado
- 2) Percepção sobre o envelhecimento
- 3) Conceção da sexualidade
- 4) Relação entre envelhecimento e sexualidade
- 5) Fatores interferentes e manifestações de sexualidade do entrevistado
- 6) Papel da Universidade sénior no que respeita a sexualidade do idoso

Blocos	Objetivos Específicos	Tópicos	Formulário de Perguntas
Bloco I Legitimação da entrevista e motivação dos entrevistados	<ul style="list-style-type: none">- Legitimar as Entrevistas- Motivar os Entrevistados	<ul style="list-style-type: none">- Tema da Entrevista- Objetivos das entrevistas- Importância da participação dos entrevistados- Confiança- Confiabilidade- Confidencialidade- Transcrições das Entrevistas	<ul style="list-style-type: none">- Informar os entrevistados sobre a temática e objetivos do trabalho de Investigação;- Sublinhar a importância da sua participação;- Desenvolver um clima de confiança e empatia;- Assegurar a confiabilidade e anonimato;- Informar que posteriormente poderá ver a transcrição da entrevista;

Blocos	Objetivos Específicos	Tópicos	Formulário de Perguntas
Bloco II Dados de identificação	- Recolher alguns dados que permitam identificar o entrevistado no âmbito do trabalho a realizar.	- Identificação do entrevistado	1) Quantos anos tem? 2) Qual seu sexo? 3) Qual seu estado civil? 4) Que estudos completou? 5) Profissão que desempenhou? 6) Quantos filhos tem? 7) Com quem vive? 8) Qual sua religião? 9) Tempo que frequenta a universidade sênior.
Bloco III Percepção sobre o Envelhecimento	- Identificar o conceito de envelhecimento do sujeito - Conhecer como o sujeito percebe o seu próprio envelhecimento	- Conceito de envelhecimento - Experiência pessoal do envelhecimento	10 - O que é o envelhecimento para o senhor (a)? 11 - Como esta sendo o envelhecer para o senhor(a)?
Bloco IV Conceito de sexualidade	- Identificar o conceito de Sexualidade do entrevistado	- Conceito de sexualidade	12 - O que é para o senhor(a) sexualidade e atividade sexual?

Blocos	Objetivos específicos	Tópicos	Formulários de perguntas
Bloco V Relação entre envelhecimento e sexualidade	- Conhecer a opinião do sujeito sobre os efeitos do processo de envelhecimento na percepção que as pessoas têm sobre a sua sexualidade - Conhecer a opinião do sujeito sobre a possibilidade dos idosos vivenciarem melhor a sua sexualidade nesta fase da vida - Conhecer a opinião do sujeito sobre a influência do processo de envelhecimento na sua capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente - Conhecer as preocupações do sujeito relativamente à sua sexualidade	- Efeitos do envelhecimento sobre a percepção das pessoas sobre a sua sexualidade - Influência do envelhecimento sobre a sexualidade e a capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente “ “ - Preocupações sobre a sexualidade	13- Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre sua sexualidade? 14- Em sua opinião, os idosos podem vivenciar melhor sua sexualidade nesta fase da vida? 15 - Considera que na sua idade, a sua capacidade de amar e de relacionar emocionalmente mudou? 16 - Preocupa-se com a sua sexualidade?

Blocos	Objetivos específicos	Tópicos	Formulário de perguntas
<p>Bloco VI</p> <p>Conhecer a opinião do sujeito sobre a sua atividade sexual na atualidade</p>	<p>-Conhecer a forma como os entrevistados percebem as interferências na sua sexualidade</p> <p>- Conhecer a opinião do sujeito sobre as manifestações da sua sexualidade em duas fases distintas da sua vida</p> <p>- Conhecer a opinião do sujeito sobre a sua atividade sexual na atualidade</p> <p>-Conhecer a forma como os entrevistados percebem as interferências na sua sexualidade</p>	<p>- Fatores interferentes na sexualidade do sujeito</p> <p>- Manifestações da sexualidade em duas fases distintas da vida do sujeito</p> <p>- Atividade sexual do sujeito na atualidade</p> <p>- Fatores interferentes sexualidade do sujeito</p>	<p>17- Em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade?</p> <p>18- Acredita que as manifestações sexuais são melhores agora ou na juventude?</p> <p>19 - Atualmente tem um relacionamento sexual satisfatório e que traz felicidade?</p> <p>20 - Que fatores despertam a sua sexualidade nessa fase da vida?</p>
<p>Bloco VII</p> <p>A importância da Universidade Sénior de Beja na Sexualidade do idoso</p>	<p>- Perceber o papel da Universidade Sénior no que respeita à sexualidade do idoso</p>	<p>- Papel da Universidade Sénior no que respeita à sexualidade do idoso</p>	<p>21- Considera que o facto de frequentar a Universidade Sénior, poderá propiciar um encontro com um (a) novo(a) companheiro(a)?</p>

Apêndice II
– Consentimento Livre e Esclarecido –



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Exmo. Senhor(a),

Eu, Marilene Rangel, aluna da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Beja, estou realizando um estudo de investigação conducente ao grau de Mestre, cujo objetivo é analisar as vivências da sexualidade no processo de envelhecimento. Essa pesquisa está sob orientação dos Professores Doutores: José António Reis do Espírito Santo e Adelaide Fernandes Pinto Malainho docentes nesta instituição. Neste sentido, venho por este meio solicitar a sua colaboração para a realização de uma entrevista semi estruturada. A sua participação é voluntária, podendo perfeitamente recusá-la. Ao aceitar participar desse estudo, contribuirá para o desenvolvimento de pesquisas nessa área. Os dados obtidos serão utilizados exclusivamente para fins de investigação, garantindo-se a máxima confidencialidade.

Agradeço desde já sua participação. Conto com a colaboração do (a) senhor (a), caso venha precisar esclarecer dúvidas que possam vir a ficar subentendidas durante a entrevista. Se houver necessidade de contato para esclarecimentos, poderá ser feito pelo telemóvel: 917 306 436.

Atenciosamente,

Marcilene Tomazini Rangel

Eu _____, fui informado (a) acerca dos objetivos desta investigação e aceito participar desta pesquisa.

Data: __/__/__ Local _____

Apêndice III
-Entrevista semi estruturada-

Roteiro para Entrevista Gravada

Pretende-se com esta entrevista, fazer um estudo sobre as vivências da sexualidade na terceira idade. Responda a todas as perguntas conforme verdadeiramente sente. Estas perguntas relacionam-se com seus dados pessoais nos quais serão mantidos em anonimato.

Obrigada pela sua colaboração.

Caracterização dos(as) idosos(as)

Sexo:

Idade:

Profissão que já desempenhou ou desempenha:

Grau de instrução:

Condição civil:

Filhos:

Com quem vive nesta fase da vida:

Qual a sua religião:

Tempo que frequenta a Universidade Sénior:

Questões Específicas

1. O que é o envelhecer para o senhor (a)?
2. Como esta sendo o envelhecer para o senhor?
3. O que é para o senhor (a) sexualidade e a atividade sexual?
4. Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre sua sexualidade?
5. Em sua opinião, os idosos podem vivenciar melhor sua sexualidade nesta fase da vida?
6. Considera que na sua idade, a sua capacidade de amar e de relacionar emocionalmente mudou?
7. Preocupa-se com sua sexualidade?
8. Em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade?

9. Acredita que as manifestações sexuais são melhores agora ou na juventude.
10. Atualmente tem um relacionamento amoroso e sexual satisfatório e que traz felicidade.
11. Que fatores despertam a sua sexualidade nessa fase da vida.
12. Considera que o fato de frequentar a universidade Sênior poderá propiciar um encontro com um (a) novo(a) companheiro(a)?

Beja / 2014

Apêndice IV

**- Entrevistas realizadas aos idosos alunos da Universidade Saberes e
Aprendizagens Beja Sénior-**

ENTREVISTAS

Entrevistas feitas aos idosos, alunos da Universidade Sénior: Saberes e Aprendizagens Beja Sénior, nos meses de março a junho de 2014.

As informações pessoais que poderiam permitir qualquer identificação dos sujeitos foram modificadas e os nomes adotados foram referidos como: sujeito 1; sujeito 2; sujeito 3; sujeito 4; sujeito 5 e sujeito 6.

Primeiramente será feita uma descrição geral de cada sujeito entrevistado e em seguida, as perguntas relacionadas à entrevista semi estruturada que estão no apêndice II e as respectivas respostas dos sujeitos entrevistados.

Sujeito 1

Data da entrevista : 03/ 03/ 2014

Indivíduo do sexo feminino, tem 67 anos, nasceu numa aldeia, na região do Alentejo onde vive há vários anos. É viúva, filha mais velha numa prole de quatro irmãos. Tem um filho casado e um neto. Tem muitos amigos, mas se sente bem na companhia de pessoas mais jovens.

Fez o curso secundário e logo foi trabalhar na segurança social assumindo cargo administrativo até se reformar aos 55 anos. Casou-se com a idade de vinte e cinco anos e o marido com trinta anos. Afirma que manteve um relacionamento conjugal satisfatório, nunca discutiam, respeitava sempre as decisões do marido mesmo que cometesse algum erro, achava que tinha alguma razão para o fazer. "Meu casamento foi muito bom, havia diálogo e respeito mútuo, nunca o repreendi por nenhuma atitude que tomasse, mesmo que essa atitude fosse considerada errada".

Seu marido faleceu devido a um AVC. Sua saúde não era boa, requeria alguns cuidados, sofria de bronquite asmático. Apesar de sua saúde fragil, gostava de fazer novos amigos recebê-los em casa, ir à caça, fazer jantares em casa. A entrevistada sempre colaborava com os almoços demonstrando ter orgulho do marido e da vida que teve ao seu lado.

Relata que foi difícil ficar sozinha, ainda hoje sente a falta do marido. Guarda suas coisas pessoais ainda intactas, principalmente as fotos e ferramentas de trabalho que permanecem como as deixou. O único objeto que doou foi o relógio de pulso para o cunhado.

Em relação a família, todos moram em Lisboa. Apesar da distância, a família mantém um forte vínculo afetivo. Fala dos irmãos, do filho, do neto com carinho e diz manter sempre contacto.

Apartir do momento que ficou sem o marido procurou se manter maior tempo fora de casa saindo com amigas, fazendo cursos na Universidade Sénior, praticando exercícios físicos em grupo, mantendo sempre em atividades. Diz gostar da vida que tem e da sua liberdade. Um novo relacionamento sempre esteve fora dos seus projetos.

Durante a entrevista foi simpática, comunicativa, esteve sempre aberta para respostas. Em relação ao filho diz que a visita sempre e que lhe dedica cuidados. Gosta do jeito que escolheu viver preferindo estar sozinha em casa.

1. O que é o envelhecer para o senhor(a)?

- “Eu recebo o envelhecimento com toda a naturalidade e não me aborreço, quando vai se aproximando o fim da vida nem sofro com isso. Quando vier o fim aceito. Não quer dizer que não penso no meu filho nas minhas irmãs na família, a família toda vai realmente sofrer, o meu filho vai sofrer com isso. Mas é ordem natural da vida e que seja eles a conhecer o meu desaparecimento e não eu ao deles porque sou mais velha e portanto já sofri muito com isso. Portanto o envelhecer é muito natural pra mim”.

2. Como esta sendo o envelhecimento para o senhor(a)

- “Na minha terra toda agente sabe que sou uma pessoa mais evoluida, portanto vou ao café, gosto de escrever, gosto de fazer poesia, fazer exercicio fisico, portanto envelhecer com tranquilidade. Penso e tenho medo de ficar dependente, tenho a preocupação se por uma infelicidade ter de novo um AVC. Já tive um AVC há três anos, mas foi pequeno mas quando fiz a TAC, encontraram vestigios de trombose também no cérebro. Tenho dor na perna mas faço assim eu não ligo. Faço exercícios de vez em quando mesmo quando o corpo doi. Mas são coisas leves. Quando tive o AVC senti muita dor de cabeça, fiz uns tratamentos caseiros pra não tomar tantos comprimidos, fazia um chá, eu pensei que aquilo era uma enxaqueca e não queria ir ao hospital mas a minha médica disse olha a senhora não sabe por onde passou, a senhora nessa altura podia ter falecido ou podia ter ficado incapacitada de tudo, nunca mais faça uma coisa dessa. Pela minha ignorância eu tinha uma enxaqueca. Nunca mais faço isso”.

3. O que é para o senhor(a) sexualidade e a atividade sexual.

- “Pra mim a sexualidade era uma coisa que eu dispensava já, mas fui casada a vinte e sete anos e tinha um marido que era muito ativo sexual ,não sei se por isso,que eu nunca senti necessidade disso, tem uma coisa aqui que eu quero falar, uma coisa que tenho sempre pensado, sabe quando eu senti pela primeira vez, o orgasmo, tinha quatro anos de casada e meu filho já tinha tres anos, e já tenho estado de vez em quando, mas por que razão penso que eu não sou normal como as outras pessoas, agora com essa oportunidade, eu nunca disse isso a ninguém, agora eu disse, vou dizer isso, foi quando eu mudei de casa nessa altura, depois disso amoleci mais. Acontecia de vez em quando”.

4. Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre a sexualidade.

- “Há sim, quando a gente fica viúva alguma coisa muda. Eu nunca mais tive isso. Gosto de sair, encontrar com amigas. Só quero me sentir bem”.

5. Em sua opinião, a pessoa idosa pode vivenciar melhor a sua sexualidade nesta fase da vida.

- “Meu marido gostava muito disso, mas era muito rápido, quando eu começava a reagir, pronto , já estava. Acredito que estivesse aqui agora era diferente”.

6. Considera que na sua idade a capacidade de amar e relacionar emocionalmente mudou? Explique sua resposta.

- “Desde que meu marido morreu, mudou tudo, vivo só em casa só recebo minhas amigas. Quero ter liberdade de sair e fazer tudo que eu posso. Fico muito tempo fora de casa, participo muito nas aulas da universidade sénior”.

7. Preocupa-se com sua sexualidade? Justifique a sua resposta.

- “Há não” .

- “Eu nunca pensei em colocar ninguém no lugar do meu marido, gosto muito de viver assim”.

8. Em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade?

- “Eu sou uma pessoa religiosa, portanto , participo na igreja. Gosto de viver sozinha”.

9. Acredita que as manifestações sexuais são melhores agora, ou na juventude? Explique.

- “Não sei dizer”.

10. Atualmente tem um relacionamento amoroso e sexual satisfatório e que traz felicidade? Explique

- “Não tenho, meu filho nem pode pensar nisso ele de certeza ia ... espero que Deus não me castigue por isso. Mas não”.

- “Eu vivi um casamento que considero foi feliz portanto fui ficando sozinha o tempo passou e me habituei, gosto de chegar à casa e ficar sozinha”.

- “Moro numa aldeia todos me conhecem saio cedo e chego só a tarde.Ultimamente tenho saído menos por causa da dor nas pernas.”

11. Que fatores despertam a sua sexualidade nesta fase da vida?

- “Não sei dizer”

12. Considera que o facto de frequentar a Universidade Sénior poderá propiciar um encontro com um novo companheiro(a)?

- “Eu não importo de alguma amiga namorar , não tenho nada com isso mas eu nem penso nisso. Não quero que Deus me castigue”.

- “Mas já aconteceu namoros , já participei numa festa de comemoração de namoro mas eu não.”

Sujeito 2

Data da entrevista: 07/ 04/2014

Indivíduo do sexo feminino, tem 64 anos, é viúva, reformada há 11 anos. Vem de uma prole de tres filhos, uma irmã 14 anos mais nova e um irmão 4 anos mais novo . A mãe foi criada sem a presença do pai , tinha 5 irmãos no que tiveram algumas dificuldades. Nasceu numa pequena aldeia no sul do país , onde morou até se casar. Apesar de ter nascido numa região com poucas possibilidades de estudo e trabalho, sua mãe não poupou esforços juntamente com o incentivo dos irmãos, no que contribuíram para que os sobrinhos fossem estudar na cidade vizinha, Beja .

Concluiu seus estudos dando início à sua profissão como professora do magistério 1º ciclo, e na função pedagógica. Durante alguns anos trabalhou como professora na Escola Superior de Educação , num total de 34 anos de profissão. Gostava muito do trabalho que exercia como professora, sentia-se muito bem, estava realizada na profissão e pretendia continuar enquanto tivesse forças sem nenhuma pressa para reformar-se. Apesar da profissão tomar grande parte do seu tempo, acompanhava a vida profissional do marido e cuidava também da educação dos filhos.

Conheceu o marido numa festa de casamento do irmão dele, com sua prima. Após seu casamento , mudou-se para uma cidade próxima a Lisboa devido o trabalho de bancário do marido. Após dois anos, fizeram o caminho de volta para o Alentejo instalando-se numa pequena cidade , onde viveu por 5 anos, na sequência mudou-se para Beja. O marido havia ingressado na vida política. Sendo primeiro vereador, em seguida presidente da câmara.

Tem dois filhos, 37 e 39 anos. Seu filho mais velho foi agnóstico um défict cognitivo, dando início a uma longo tratamento com alguns profissionais, médico e psicólogo . A criança aprendeu a ler e escrever com dificuldades em casa com ajuda da mãe. Após um longo tratamento conseguiu terminar o 6º ano. Entrou para uma escola de informática, chegando a dominar algumas ferramentas. A entrevistada refere que “em termos operacionais há algum domínio mas se lhe der alguma tarefa ele não é capaz de avaliar os prós e contra , estabelecer planos, ter uma idéia global da tarefa a ser cumprida.” Todos esses anos tem acompanhado o filho a cada desenvolvimento, tem se dedicado na esperança que fique mais independente, pois teme que ele, em sua ausência venha a ter grandes problemas.

O filho mais novo tem 37 anos, é solteiro, licenciado, passa muito tempo longe de casa por motivo de trabalho mas ainda há uma dependência financeira. Sente-se só, na responsabilidade da casa e do filho dependente. Diz “gostaria que meu filho mais novo desse maior atenção ao irmão, assim quando não estivesse mais aqui, o irmão estaria amparado por ele”. Essa é sua maior preocupação.

Considera que seu casamento tenha sido muito bom. Durante anos conviveu em harmonia. Seu marido era uma pessoa dinâmica, sempre voltado para a família, também a família de origem. Gostava de estar no meio social mantendo uma atividade intensa na vida política. Reformou-se aos 53 anos, pouco depois foi vítima de doença prolongada. Sentiu que fazia mais falta em casa, fez uso de seus direitos e reformou-se aos 52 anos abdicando do trabalho que gostava. Precisava acompanhar o marido em tempo integral devido as intervenções cirurgicas complicadas. Sente que viveu momentos difíceis, “foi um calvário”. Admite que foi um período de grande sofrimento e desgaste físico e emocional. Seu marido não gostava de falar e nem expor seus problemas. Mantendo-se numa atitude firme, muito ativa, destemida permanecendo sóbrio mas sentia que era grave. Durante esse período devido ao cuidado com o marido, sua vida sexual não existiu, “ficou adormecido”.

Apesar de, na sua perspectiva estar preparada para a morte do conjuge, admite que sofreu muito e ainda carrega sua tristeza. Considera que descobriu novos interesses depois que começou a frequentar as aulas na Universidade Sénior. Acredita que a religião lhe dá forças para ultrapassar as suas perdas.

Sente que as “perdas” são muitas. Em 8 anos perdeu o marido aos 61 anos de idade de uma forma muito sofrida, o irmão que faleceu devido a um enfarte do miocárdio, perdendo também a mãe, sua grande companheira. Neste momento sente que está fazendo vários lutos. Não tenciona refazer sua vida sentimental. Acredita ser o casamento para sempre.

Para a entrevistada, as “perdas” foram extremamente difíceis de gerir, (a morte da mãe, irmão, marido, a aposentadoria, o próprio envelhecimento), mas a preocupação com o filho, noutra patamar que não das “perdas”, é muito mais difícil.

A entrevistada manteve um comportamento de colaboração, foi amável, tem uma postura serena e assertiva perante sua vida atual mas destaca em suas palavras uma tristeza. Tudo indica estar com uma leve depressão. Precisa de ajuda profissional para superar esse momento difícil.

1. O que é o envelhecer para o senhor (a)?

- “Entendo que o envelhecimento a nível físico, as pessoas vão envelhecendo lentamente, depois há o envelhecimento interno, espiritual, psicológico, e esse não corresponde ao físico, mas de qualquer modo julgo que as pessoas aos 60 anos, podem estar ainda muito jovens fisicamente, no ponto de vista espiritual ,psicologico,podem estar bastante envelhecidos, o envelhecimento mais acentuado ou vice versa. Portanto a pessoa ter 70 anos, e fisicamente até estar com sintoma próprio da idade e interiormente a pessoa sentir que tem ainda força para fazer face às adversidades da vida. Força para fazer projetos, força para conseguir levar a cabo o dia a dia. Portanto são esses os níveis de envelhecimento que eu acho“.

2. Como está sendo o envelhecimento para o senhor(a)?

- “Eu sinto que ao tratar das minhas condições psíquicas no meu contexto familiar, eu travo uma luta permanente para que o envelhecimento a nível espiritual seja o mais retardar possível. Porque eu sinto que eu preciso cá estar. Faço o mesmo ao nível físico, embora aí eu não consigo contrariar muito porque eu já estou a ficar com muitas queixas. Mas de qualquer modo, procuro soluções para elas. Mas sinto que estou a ficar com menos forças físicas. A nível espiritual de facto eu tenho alturas em que estou em baixo, tem alturas em que as forças vão e que... não sei ... se penso que em qualquer momento desapareço, e como é que as coisas serão. Isso entristece –me e me deixa em baixo. Naturalmente me deixa mais envelhecida. Mas para ser franca eu dou a volta . Até agora tenho conseguido dar a volta face as essas dificuldades. E às vezes alguns sintomas mais tristecidos, mais abatida, sintomas de abatimento e eu tento depois ultrapassar e arranjar forças para partir pra outra e vamos tentar resolver a situação, e vamos tentar talvez de outra maneira e vamos ver se eu consigo assim portanto eu penso que esta na minha maneira de ser , que é assim mesmo e por outro lado é um pouco espicassado, é o contexto da minha vida.”

Sente cansada de ver que os filhos adultos e ainda assim serem dependentes, precisando estar sempre presente. Gostaria que o filho mais novo resolvesse sua vida para em primeiro lugar o seu bem estar, mas em segundo lugar gostaria que ele se tornasse um anjo da guarda do irmão, que se casasse com alguém que não se opusesse a essa situação e que também funcionasse como uma ajuda .

- “Naturalmente me deixa mais envelhecida. Mas para ser franca, eu dou a volta face a essas dificuldades e às vezes alguns sintomas mais tristes ,mais abatida. Tento depois ultrapassar buscando forças.”

3. O que é para o senhor(a) sexualidade e a atividade sexual

- “O sexo em si , no relacionamento, no meu caso, na minha experiencia é o sexo entre homem e mulher. É a relação íntima entre o homem e a mulher”.

- “A sexualidade para além da relação íntima entre o homem e mulher é mais abrangente, sexualidade passa pelo carinho, passa pelo entendimento, passa pela cumplicidade, ser capaz de estar juntos mesmo sem dizer nada, acho que eu não consigo alargar dessa forma, porque como eu vivi aqueles quatro anos em que o sexo ativo não podia ter lugar porque ele ficou impotente, eu acho que a nossa vida para além da preocupação, para além do sofrimento, que aquilo tudo trouxe, porque para ele foram perdas irreparáveis impensáveis, eu acho que sempre se manteve uma certa presença uma certa cumplicidade o silêncio, acho que tudo isso se pode considerar sexualidade de uma forma abrangente digamos assim , uma forma mais alargada “.

4. Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre a sexualidade.

- “É, mudar alguma coisa não é. Quando falamos em sexo, em uma relação sexual íntima, naturalmente que a idade vai fazer com que não seja tão frequente , não seja tão efusiva, não seja...mas por outro lado, ganha a sexualidade, ou seja, ganha as tais relações mais de amizade , mais de amor, de respeito, de carinho de cuidar com a idade. Mas isso não significa que as pessoas não mantenham sexo, uma relação sexual até tarde, a relação mais íntima até tarde. Eu acho que a sexualidade dura uma vida inteira.”

- “A minha sexualidade nesse momento eu sinto que quando uma pessoa fica viúva, já numa certa fase da sua idade, acaba por se habituar, habitua-se a ausência do sexo, foi o que aconteceu comigo, habitua-se, pois aí então entra outros valores em causa não é, um tipo de valores de pessoa mesmo que, como vou dizer, és ou não és capaz de manter uma vida sexual com outra pessoa que não aquela com quem manteve mais de 40 anos. Se calhar no meu caso, acho que não. Estar-se disponível ou não estar disponível para manter uma relação nesse nível. No meu caso não. Seria mais agradável se isso

acontecesse é verdade era mais agradável, mas não sendo possível paciência. Esta é a minha postura. Será que essa minha postura é influenciada pelo facto de ter um filho que tenho, talvez, mas nunca questionei, porque para mim é prioritário a minha relação e tudo mais a resposta a dar a esse filho, bom eu já tive na vida tantas coisas, sei lá, o exercício da minha profissão, foi uma das coisas que mais me compensaram, mais compensadoras. Se eu nesse momento fosse casada minha postura seria outra, mas como nesse momento não sou casada não é, sou viúva e não tenho a mínima intenção.”

5. Em sua opinião, a pessoa idosa pode vivenciar melhor a sua sexualidade nesta fase da vida.

- “Eu acho que há fases diferentes. Há uma primeira fase em que é descoberta, o sexo é um turbilhão, o sexo é novidade é tudo isso. Depois naturalmente há uma fase que se segue em que o sexo é vivido de uma forma mais prazenteira digamos assim não é, Eu nesse momento nos meus 65 anos nesta perspectiva o meu contexto de vida condiciona o meu pensamento a esses níveis, condiciona mesmo, não é que eu esteja a lutar contra isso. Como mulher me vejo naturalmente quer dizer sem altos e baixos, fiz o meu percurso de vida, fiz o meu processo e não ambiciono mais que isso. Unicamente o que desejo é sentir-me bem em primeiro lugar, não tenho os meus horizontes de facto vivenciar uma vida partilhada com um companheiro, não tenho. A minha missão nesse momento é meu filho”.

6. Considera que na sua idade a capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente mudou? Explique sua resposta.

- “Sim, desde a doença do meu marido começou uma nova fase na minha vida. Hoje eu me sinto com a sexualidade adormecida. Mas em termos de me relacionar com pessoas, amizade, nada mudou”.

7. Preocupa-se com sua sexualidade? Justifique a sua resposta.

- “Não. Como disse tudo tem seu tempo eu estou bem desta forma, já concluí meu percurso”.

8. Em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade?

- “No meu caso, apreocupação, a responsabilidade dos filhos e depois eu tenho outros valores que me são cobrados”.

9. Acredita que as manifestações sexuais são melhores agora, ou na juventude? Explique.

- “Tudo tem seu tempo. Na juventude é tudo muito explosivo, na idade mais madura se torna mais calmo”.

10. Atualmente tem um relacionamento amoroso e sexual satisfatório e que traz felicidade? Explique .

- “Não tenho . Neste momento estou voltada para outros valores que não a sexualidade.

- “E porque estou só e porque de facto esse desejo não é tão grande assim que me leve a procurar, manter vida sexual, se calhar o desejo está abafado está bloqueado está ali assim adormecido, calmo em função de outros valores mais altos pra mim neste momento e da minha vida. Mas tenho sonhos em que estou fazendo sexo com meu marido, não com “muita frequencia mas acontece”.

11. Que fatores despertam a sua sexualidade nesta fase da vida?

- “Não despertam”.

12. Considera que o fato de frequentar a Universidade Sénior poderá propiciar um encontro com um novo companheiro(a)?

- “Na minha perspetiva uma amizade sim, mas conheço casos em que aconteceram namoros pelo menos dois, isso que se saiba”.

Sujeito 3

Data da entrevista : 15 -04-2014

Indivíduo do sexo feminino, tem 67 anos de idade, é casada tem dois filhos, quatro netos sendo o mais velho com quinze anos e a mais nova com cinco anos de idade. Nasceu numa cidade do interior do Alentejo, é a quarta filha numa prole de seis irmãos. Relata que os irmãos sempre foram muito unidos e presentes na vida uns dos outros. Um outro aspeto na sua vida é a mãe. “ela sempre me marcou pela positiva”. “Gosto de estar bem comigo e com eles ,minha família”.

Vem de uma família de agricultores mas mesmo vivendo no interior do Alentejo teve acesso aos estudos . Concluiu sua licenciatura em gestão e administração escolar , foi professora do primeiro ciclo por trinta e seis anos. Relata que o trabalho como professora foi gratificante sente que ficou realizada em termos profissionais, gostava muito de estar envolvida na escola e com os alunos. Ao completar os trinta e seis anos de trabalho na área do ensino, reformou-se. Nos últimos dez anos da reforma, tem se dedicado à família, passa bons momentos com os netos dando sua contribuição para a educação e criação dos netos. “Sinto que tenho muitos compromissos com os netos. Às vezes deixo de fazer coisas que eu gostaria de fazer como participar na turma do coro da universidade sénior.”

No momento presente, sua saúde esta consideravelmente boa. Nos últimos anos passou por algumas cirurgias e no momento diz sentir-se muito bem, “foi como nascer de novo” pois sentia-se muito fraca no que a impossibilitava concluir algumas tarefas diárias.

No que diz respeito ao casamento afirma que teve sorte, “é um homem bom” é tranquilo não a incomoda , tem uma convivencia prazerosa.

O envolvimento e participação na comunidade sempre foram presentes. Participa nas atividades da igreja, frequenta os cursos na Universidade Sénior de Beja desde o início de sua inauguração há seis anos. Já participou em vários cursos e gosta de tudo que lhe possibilita aprender . Gostaria de participar no coro da Universidade Sénior, mas os netos tem lhe tomado muito tempo. Todas as semana costuma reunir a família. Na segunda, terça e quarta, todos entre filhos netos e noras almoçam em sua casa e ao sábado e domingo também.

A entrevistada demonstrou ser uma pessoa simpática, alegre, sempre sorrindo esteve todo tempo disponível para responder as perguntas, tem atitude colaborativa e demonstrou estar muito bem física e emocionalmente.

1. O que é o envelhecer para o senhor (a)

- “É, portanto, aceito como uma vida natural que a vida me traz, embora olho ao espelho e fico às vezes triste e me pergunto onde está a pessoa que fui quando tinha 18 anos, mas depois pronto, acho que é natural que a vida me trouxe até aqui e depois olho para os filhos e para os netos e depois desenrola numa maneira positiva mas tenho muitos momentos , muitos assim quando olho ao espelho e assim naturalmente vejo que a imagem está diferente de antes, isso vem nos meus pensamentos talvez pela minha mãe, apesar de ter tido tantos filhos, sempre me preocupava com a imagem, eu tinha um sentimento muito profundo pela minha mãe, acho que toda gente tem e então me marcou muito pela positiva e quando fomos visitá-la na despedida ela olhava no espelho da bengaleira e perguntava “aonde está a mariana que conheci.”dizia a minha mãe. É eu hoje quando dou por mim estou fazendo o mesmo. A minha mãe era uma pessoa cheia de força de fé me ensinou a ser positiva e ver as coisas boas que a vida me tem dado embora com alguns percalços , todos temos, mas aproveitar o que tem de melhor. Tomo meu duche fico um cadinho mais disposta e acho que todos tem seu momento”.

2. Como está sendo o envelhecimento para o senhor(a)?

- “Em termos físico, em termos de saúde, não poderei dizer que tem sido a mais famosa mas considero que eu dentro desses problemas que tenho tido dois ou três, mas às vezes encontro pessoas amigas e me dizem : Como esta magrinha , as coisas que as pessoas dizem , eu digo mas pra gente ser velha temos que forçosamente estar gorda, é sempre uma coisa que mexe um bocado comigo, a mentalidade que as pessoas tem quando me dizem isso, sempre tive um corpo magro nunca fui gorda mas quantas raparigas novas gostariam disso de estar magrinhas. Devo acrescentar que já tive três intervenção cirúrgicas , uma do coração, que não era dos melhores era herança de família. Meus pais morreram os dois com problemas cardíacos . Eu fiquei durante seis anos com problemas, fiquei muitas noites sem dormir mas depois que fiz a cirurgia há três anos, tive uma melhor qualidade de vida. Era uma fibrilação auricular uma parte elétrica do coração. A outra cirurgia eu fiz a quatro meses olha ta a ver, foi uma cirurgia difícil, foi

uma intervenção dupla”. Mas hoje estou muito melhor. A terceira foi em termos dentários , tive que fazer implantes. Mas é assim não é, todos temos que concertar alguma coisa”.

3. O que é para o senhor(a) sexualidade e a atividade sexual?

- “Sexualidade pra mim tem um sentido um bocado vasto, pra mim sexualidade não é sexo, portanto estar bem com a outra pessoa estar aconchegado, pra mim é mais importante do que o ato sexual em si foi sempre, acho que tenho um companheiro que é a única pessoa que conheci na vida, como homem em termos sexuais e tem me acompanhado nessas jornada e que mais ou menos temos a mesma maneira de pensar. Portanto com os anos, faz 43 anos que casamos, namoramos daquela forma que era só conversar , ir para o jardim, ia ao cinema , não ia sozinha com ele ia com uma amiga ou um irmão que às vezes ia comigo. Portanto já tinha mais liberdade que as minhas irmãs, portanto era isso namorar, brincar, dançar porque sempre adorei dançar ouvir música e então o meu marido foi o homem da minha vida que eu conheci. Então acho que pra mim sexualidade é uma palavra que tem um sentido muito amplo, pronto, não se resume ao sexo em si porque com certeza muita gente fará sexo sem amor né aquela ternura, pronto, e depois há outro que realmente é um acontecimento que vai seguindo os passos de uma relação que a gente tem, amorosa que gosta de estar junto, pronto, pra mim é mais ou menos isso “.

- “Atividade sexual é nossa aproximação com a proximidade com outra pessoa pra passar um carinho e que vai despertar outros gostos outros interesses na pessoa que esta com ela, depois o ato sexual é um crescimento um complemento uma coisa que acontece”.

4. Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre a sexualidade.

- “Eu penso que sim, se calhar, pronto, aquilo que eu conheci portanto a minha vivência é limitada, ao longo dos anos, a ideia que temos do sexo uma finalidade não muito importante pra nós, há outros modos de afetos, outras demonstrações de carinho, que a gente dá mais importância ao longo dos anos , o gostar de estar juntos, ao pé e se acontece, acontece e se não acontece, não tem importância. A sexualidade do meu marido mudou, hoje é mais espaçoso uma vez ao mês, portanto tem dificuldade de

ereção, portanto esse momento quando se tem alguma estimulação através do nosso toque do nosso corpo, portanto se conseguir isso é ótimo mas se isso não acontecer não dramatizar, portanto, não valorizar porque a outra parte foi tão importante foi boa, o antes pra mim também é muito importante”.

5. Em sua opinião, a pessoa idosa pode vivenciar melhor a sua sexualidade nesta fase da vida.

- “Se é capaz de passar ao outro, a pessoa, eu já tenho incentivado meu marido a procurar um médico. O meu médico é comum, e tudo, mas quando pergunto se quer que eu o acompanhe , ele diz não, mas se ele já tratou disso com o médico eu sinceramente não consigo captar, sei que tem medicamento que ajuda, Hoje a nossa fase sexual acontece uma vez no mês. Porque ele esta fraco sexualmente”.

- “Eu já tive algumas fases diferentes, já tive algum tempo em que as vezes pensava que ia acontecer ,e não acontecia, ficava triste, pronto, portanto não acontecia, a situação passou, e depois outra situação é que acho se calhar eu não estaria tão disposta e ele estaria mais, quer dizer agente apercebe-se . Aconteceu-me e depois percebi que acontecia a ele. Acho que a menopausa marcou-me de alguma maneira, amim aos cinquenta e dois anos, e não foi fácil, foi um periodo difícil pra mim, tentei fazer reposição hormonal mas meu organismo não estava respondendo fisicamente de alguma meneira e então a ginecologista tirou”.

6. Considera que na sua idade a capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente mudou? Explique sua resposta.

- “As vezes tem bocado que penso se calhar será normal, sentir às vezes, ficar mais acomodada, não pensar tantas vezes nesses momentos, portanto ficar mais acomodada eu dedico a palavra acomodada, não é que fosse empolgada sempre nessas coisas mas pronto, com menos expectativas na relação se houver, se não houver, ficar muito triste por não haver estou mais tranquila em relação a essas coisas e o meu marido acompanha- me nessa atitude , eu até acho que gostava dentro daquilo que temos vivido juntos, gostava de o ver um pouco mais animado assim, pronto como homem porque embora não sendo assim.. eu é que ainda procuro as vezes, procuro assim a incentivá-

lo, chegar-me e dar-lhe carinho eu puxo mais por ele, ele é mais acomodado eu penso que ele esta mais acomodado mais fechado do que eu para essas coisas”.

7. Preocupa-se com sua sexualidade? Justifique a sua resposta.

- “Sim. Procuro estar sempre bem assim, estou sempre procurando incentivar meu marido, através de uma roupa nova, um carinho, gosto de me por só de roupa interior e gosto de ouvir aquelas coisas que mulher gosta de ouvir”.

8. Em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade?

- “É o facto de meu marido estar mais acomodado que eu, e o facto dele ter dificuldades na hora do sexo. Eu em certo tempo tive problemas na parte ginecológica mas fiz a cirurgia foi corrigido o problema e pronto hoje estou muito bem, as amigas dizem que estou zerada”.

9. Acredita que as manifestações sexuais são melhores agora, ou na juventude? Explique.

- “Antes quando me casei, era muito afoita, gostava muito , mas com a idade dos quarenta anos, foi melhor que o princípio, eu sabia o que queria, disfrutamos mais portanto a vida traz de alguma maneira influências o trabalho que nos deixa mais cansados a criação dos filhos, às vezes nos inibe com a presença nos momentos em que estamos mais afoitos, mas isso com o tempo se calhar vai mudando. Agora nessa idade é um pouco diferente porque agora é menos vezes mas se calhar é melhor agora mesmo sendo menos vezes, temos muito carinho preliminares também, é bom”.

10. Atualmente tem um relacionamento amoroso e sexual satisfatório e que traz felicidade? Explique

- “Tenho. Temos mais manifestação de carinho, as vezes conseguimos com minha ajuda mas se pudesse melhorar um pouco mais o desempenho do meu marido se calhar ficaria melhor”.

- “Minha vida sexual ativa, não é muito frequente com a frequência que já foi mas tenho. Olha eu costumo ter uma atividade sexual uma vez por mês, mas às vezes quando estou no meu chuveiro vem uma manifestação gostosa de prazer com a água quente e aí a gente fica alerta, pronto, já tem acontecido é engraçado, me passou isso pela cabeça agora é engraçado acontece de vez em quando . As vezes o ato em si pra mim não é importante mas se isso acontece, fico disposta fico bem, portanto é harmonia e ele também, portanto é positivo , como disse o ato em si não é necessário para que eu sinta satisfação eu gosto de estar junto, de me sentir bem . Eu acho que realmente o mais importante disso tudo é nós gostarmos de nós próprios , nós, acho que tem tudo a ver com gostarmos de nós próprios tem muita gente que não gosta e se nós não estivermos bem, as vezes não consegue passar isso, eu embora tenha a percepção que as vezes não estou bem, ou não estou bem comigo própria, se calhar isso ajuda que não esteja bem para os outros”.

11. Que fatores despertam a sua sexualidade nesta fase da vida?

- “Pra mim o que desperta a sexualidade é o olhar, portanto , falar com a pessoa no caso o meu marido , portanto gosto de olhar nos olhos dele desde gaiata ele tem os olhos verdes que eu adoro portanto com o olhar é o início de várias coisas que podera acontecer , pra mim o toque poderá vir depois, mas o olhar pra mim é uma das coisas mais fascinantes. Gosto de me arrumar pra o meu marido e acho que todas as mulheres gostam de umas palavrinhas né, pronto, às vezes tenho essa palavra sem esperar , e às vezes vou a espera da palavra e não a tenho, já tem acontecido, as palavras que espero não vêm e na hora que eu não espero ele diz” tas gira” ou estou gostando de ver assim... as vezes gosto de comprar roupas e chegar a casa e me vestir pra ele, um fato de banho, as vezes faz comentarios mas muitas vezes eu estou à espera e esse comentário não aparece”.

12. Considera que o facto de frequentar a Universidade Sénior poderá propiciar um encontro com um novo companheiro(a)?

- “Pode, eu acho que sim, acredito que sim,acho que pode influenciar, o local é ótimo é um fator muito positivo, eu, na minha percepção de estar aqui desde a hora que começou portanto sou das primeiras desde que a universidade abriu as portas tal qual, abriu a porta e eu estava lá, portanto eu acho que é bom, porque estamos aqui homens estamos

aqui mulheres uns casados outros viúvos, outros divorciados, outros pronto, há aqui muitas pessoas que eu conheço, como conhecem a mim também e eu acho que é ótimo pra elas que estão só, se juntam todos é um grupo muito ativo como no coro. A respeito de namoros dentro da Universidade sénior eu até conheci dois casos até participei na comemoração”.

Sujeito 4

Data da entrevista: 23/05/2014

Individuo do sexo masculino, viúvo há vinte anos, tem 81 anos, filho de pai belga e mãe portuguesa nasceu numa família de sete irmãos, tres faleceram recentemente, dois mais novos e uma irmã com noventa anos. Nasceu em Paredo onde cresceu, estudou até o 5º ano. Aos dezoito anos foi trabalhar no tribunal Boa Hora em Lisboa. Casou-se aos vinte e oito anos. Sua esposa com trinta anos. Conheceu sua esposa numa praia e em pouco tempo de namoro casaram-se. Do seu casamento nasceram quatro filhos.

Sua esposa era licenciada em germânicas dava aulas de ingles e alemão, “mas tinha um certo génio, explodia facilmente “ . Sente que era mais paciente e deixava a esposa acalmar-se. Nasceu numa região agricola do Alentejo. Tinha dez irmãos e estes tinham muitos filhos era uma grande familia no que o motivou para mudar-se e transferir seu trabalho para outro tribunal da região no interior. Sente que foi o melhor sitio que trabalhou na vida, deixava todo o trabalho feito e tinha bons colegas.

A esposa faleceu depois de uma doença prolongada no que levou a familia ter muitos gastos financeiros e grande sofrimento.

Depois da morte da esposa continuou a manter uma relação intensa com as duas familias, gosta muito dos sobrinhos que são de três gerações. Sente que eles gostam da sua presença até o disputam. Mas prefere viver só em sua casa. Manter sua liberdade de estar só . Gosta de reunir com os filhos sempre que tem jogos “ é um verdadeiro piquenique”. Segue o exemplo da mãe que costuma dizer sempre: “o meu cinema e o meu teatro é a minha família”. Todos os anos tem acompanhado os filhos nas férias no que lhe da muito prazer.

O entrevistado demonstrou boa disposição para responder as perguntas, esteve sempre sorrindo em vários momentos durante a entrevista. Mantém uma boa

saúde controlada, o único medicamento que utiliza é para manter regulada a pressão arterial. Vive só, preferiu não refazer sua vida sentimental por não poder se casar no caso perderia a pensão de sobrevivência da esposa falecida .

1. O que é o envelhecer para o senhor (a)?

- “Envelhecer pra mim é a degradação física do nosso corpo, é um recordar do nosso passado”.

2. Como está sendo o envelhecimento para o senhor(a)?

- “Eu senti aos quarenta anos uma queda física grande e aos oitenta anos senti uma quebra maior ainda. O meu envelhecimento é que tenho uma relação intensa com a família. Dedico meu tempo para eles . ligo nas datas festivas, cumprimentando, passo as férias com eles. Em termos de saúde me sinto bem, tomo remédio para pressão e para a próstata. Procuro viajar com a família gosto muito de estar com meus sobrinhos eles são em duzentos, me dou muito bem com eles, eles me disputam”.

3. O que é para o senhor(a) sexualidade e a atividade sexual?

- “Sexualidade para mim é a manifestação do amor pleno, quando uma pessoa esta madura, admito que é a maneira de estravar nossas emoções”.

4. Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre a sexualidade?

- “Atividade sexual quando se é jovem quinze e desesseis anos “tudo que vem na rede é peixe” ,mas é evidente que a gente se casa, aí acomoda-se”.

5. Em sua opinião, a pessoa idosa pode vivenciar melhor a sua sexualidade nesta fase da vida?

- “Acredito que quando se é jovem tem que se trabalhar, cuidar da família mas quando fica mais velho tem mais tempo”. “o sexo é o culminar duma situação de amor, no jovem , aquilo não tem o amor, não tem nada é quase como ir ao urinol, mas o casal não pode viver sem sexo”.

6. Considera que na sua idade a capacidade de amar e se relacionar emocionalmente mudou? Explique sua resposta.

- “Quando jovem tive alguns namoros mas encontrei a minha mulher, com quem casei e me mantive sempre, eu sempre fui fiel a minha mulher, sempre”.

7. Preocupa-se com a sua sexualidade? Justifique a sua resposta.

- “Nesse momento não, mas procuro me arrumar, ficar bem”.

8. Em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade?

- “Eu não sei dizer mas nesse momento eu até nem sei avaliar-me a mim próprio. O que evidentemente às vezes aparece umas cenas pornográficas na televisão e tal , e me entusiasmo um bocado mas de resto não sei concretamente e se casado com uma pessoa se punha a situação em regime de sexualidade, não sei o que é, nem no que vai dar” .

9. Acredita que as manifestações sexuais são melhores agora, ou na juventude? Explique.

- “Eu tenho a impressão que é na juventude, porque também o parceiro é mais jovem, também dá mais luta, também julgo que pra isso é preciso também a parceira também tocar o mesmo instrumento, também tem que estar em sintonia ,tudo depende da sintonia exatamente. Eu também sou uma pessoa um bocado calculista, e depois a pessoa aos setenta e dois anos praticamente já prescreveu a prática, mas estou convencido que com grande amor a coisa pode se prolongar. Agora eu sei tenho conhecimento de homens com oitenta e tal anos que tinham a vida sexual muito ativa, como já disse noutra altura, só o amor me levaria ao sexo”.

10. Atualmente tem um relacionamento amoroso e sexual satisfatório e que traz felicidade? Explique

- “Não, não tenho porque, eu discordo que os padres não possam casar e também que a igreja proíba precisamente essas situações, porque eu acho se houver enfim seriedade dum homem poder arrumar uma mulher que estivesse disposta e dividir o mesmo

espaço que hoje em dia há imensa gente... eu tive várias propostas como disse, não sou um galã mas tive imensas propostas mas a religião que eu sigo também pesa muito. Sou um católico ativo e acho que uma pessoa que é conservadora, que vai à missa todos os dias ,que vai à comunhão, tem que ter uma vida de harmonia com a igreja , não deixar mal ou então afastar, por exemplo a minha mulher tirou o curso de teologia tinha muito mais fé do que eu” .

- “Em novo não tinha uma sexualidade muito ativa porque me dedicava muito aos desportos. E também depois de casado tinha uma atividade periódica porque minha mulher era muito católica e também tinha que escolher o dia por causa do periodo e também fazia uso da tabelinha para não engravidar e nesses dias não podia haver sexo. Era a forma que ela encontrava para não engravidar. Portanto a nossa atividade sexual era controlada. Caso contrário teríamos uma filharada muito grande. As nossas relações baseavam-se em 4 a 5 vezes por mês”.

- “A pesar de ainda sentir que algumas pessoas ainda tentam se aproximar de mim com intensão de algo mais, eu fingo que não entendo. Hoje eu não tenho mais atividade sexual. Eu não ligo, hoje eu evito o sexo. Evito ver cenas eróticas na televisão. Hoje estou convencido que precisava de ter amor por alguém para me sensibilizar”.

- “Para além da religião, tenho me dedicado à família aos meus sobrinhos. Houve uma altura que até pratiquei a masturbação mas depois deixei-me disso. Evidentemente já tem acontecido naturalmente dar –se, mas não o provocar portanto já aí há seis meses que não tenho contacto com o corpo. Portanto está adormecido já não sei a que o corpo corresponde. As vezes vejo cenas e o corpo reage mas tento afastar, procuro evitar”.

11. Que fatores despertam sua sexualidade nesta fase da vida?

- “Quando vejo cenas eróticas, pornográficas, uma mulher mais jovem”.

12. Considera que o facto de frequentar a Universidade Sénior poderá propiciar um encontro com um novo companheiro(a)?

- “Acho que sim, e até estou convencido que já temos exemplo disso já vi alguns casos aqui na universidade especialmente aquelas pessoas que estão isoladas, tem uma apetência muito, e tem uma família muito pequena, ou que não tem família”.

Sujeito 5

Data da entrevista: 25/06/2014

Sujeito do sexo masculino, com idade de 77 anos, é viúvo, primeiro filho de uma prole de seis irmãos. Cresceu no Alentejo, concluiu seus estudos numa escola técnica do ensino médio. Fez o curso técnico na área da construção civil mas optou por trabalhar por conta própria, chegando a abrir sua própria empresa. Foi empresário do comércio e durante muitos anos sentiu-se realizado nos negócios da empresa mas com a chegada da crise económica no país foi obrigado a fechar as portas da empresa e consequentemente do trabalho.

Casou-se e desse casamento nasceu um filho que o presenteou com três netos. Costuma almoçar com o filho sempre que lhe é oportuno com intenção de manter a família mais próxima mantendo um contacto maior com os netos.

Sua esposa faleceu recentemente, sente sua falta no que continuou a viver só. Frequenta os cursos da Universidade Sénior que vão de encontro aos seus interesses e que lhe permite estabelecer uma rede de contactos, no que já fez muitos amigos, também para manter uma educação contínua. Não frequenta nenhuma religião.

O entrevistado mostrou-se receptivo, bem disposto, aparentando ter boa saúde física, respondeu espontaneamente todas as perguntas tentando contribuir para o estudo em questão. Sente que ainda não fez o luto pela perda da esposa, seus momentos de solidão ainda são muitos, mas espera melhores dias no que se refere a essa perda.

1. O que é o envelher para o senhor(a)?

- “É o tempo que passa por nós e que se nós não formos capazes de acumular algumas mazelas que o tempo nos traz, envelhecemos mais rapidamente, mas se formos capaz de contrariar algumas das coisas que o tempo nos traz, envelhecemos mais lentamente”.

2. Como esta sendo o envelhecer para o senhor(a)?

- “Estou me adaptando a essa fase do envelhecimento e procuro que o envelhecimento não seja muito rápido e que o tempo que aqui estiver, seja com qualidade de vida. Tem que se fazer alguma coisa por isso, tento conviver com as pessoas, fazer ginástica, procurar distrair-me. Na saúde temos problemas normais, a pressão, uma dor aqui outra ali, uma noite dorme-se bem a outra dorme-se mal, quando tiver qualquer

problema procurar o médico e tomar a medicação. O envelhecimento para mim está sendo normal”.

3. O que é para o senhor(a) sexualidade e a atividade sexual?

- “Sexualidade é um tema muito abrangente porque a sexualidade Não tem que ser aquilo é muito diferente de pessoa para pessoa, de casais para casais é um caso muito complexo. Agora analisando, o sexo na vida das pessoas é uma coisa que não fazia sentido viver sem sexo ou não faz na minha opinião. O sexo é como alimentação como todas as coisas que faz parte da vida eu penso que na vida sexual do casal tem que haver prazer da parte dos dois das duas pessoas. Não faz sentido só um ter prazer. O sexo sai dali de repente sem muitas vezes sem ser programado, as pessoas são humanas, quando um homem vê uma mulher bonita, um corpo escultural, há uma atração sexual, a parte da mulher deve acontecer a mesma coisa, mas pronto isso não é o comum isso são casos misturados que pode acontecer na vida das pessoas. Agora o casal casado que tem uma atividade constante durante muito tempo que estão juntos isso pra mim é o que conta mais. É difícil definir a sexualidade e o sexo em si”.

- “Agora analisar a sexualidade no pormenor é que se torna mais difícil, na medida que para umas pessoas é uma coisa para outras pessoas é outra, segundo os sexólogos a coisa é muito mais vasta, porque há os casais tradicionais, os pares do mesmo sexo, todas essas coisas faz uma certa confusão no que diz sexualidade então discutir isso ao pormenor não é muito fácil”.

4. Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre a sexualidade?

- “Eu penso que muda no bom sentido porque nos mais novos temos uma sexualidade mais animal, porque parte-se do princípio no momento em que a idade vai avançando vai tendo mais calma, um prazer espontâneo, mútuo nas duas pessoas. Nós acabamos o ato sexual e ficamos felizes, bem dispostos, calmos”.

5. Em sua opinião, a pessoa idosa pode vivenciar melhor a sua sexualidade nesta fase da vida.

- “Pode, no sentido que a experiência é melhor agora, do que na juventude, é uma sexualidade despreocupada, mais calma, fazer sexo sem pensar em engravidar”. - Eu

acho que o casal pode viver sem sexo mas não deve, eu acho que não, o sexo é muito importante na vida das pessoas, dá uma certa estabilidade emocional, se não houver sexo não tem, é como se tivesse fome, quando comemos sentimo-nos melhor, isso é o que eu penso”.

6. Considera que na sua idade a capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente mudou? Explique sua resposta.

- “É de facto encontrar uma pessoa que seja compatível, haver uma atração mútua, nem sempre, as coisas não são fáceis, tem o fator idade”.

7. Preocupa-se com a sua sexualidade? Justifique a sua resposta.

- “É preocupante porque estou vivo, porque havia uma necessidade de sexo. Mas não se pode andar a procura como se fosse uma coisa qualquer. As portuguesas não são assim”.

8. Em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade?

- “A falta de companhia, a solidão, as doenças”.

9. Acredita que as manifestações sexuais são melhores agora, ou na juventude? Explique.

- “Não digo que são melhores, cada coisa a seu tempo, naquela altura as manifestações sexuais eram muito boas e agora continuam sendo muito boas também, se bem que diferentes mas continuam sendo boas, pra mim sexo é uma coisa imprescindível na vida, pronto é minha opinião, cada pessoa tem sua maneira de ser, de pensar, desde que as pessoas estejam saudáveis é sempre muito bom as manifestações sexuais, muito boas em qualquer idade, pra mim foram sempre boas”.

10. Atualmente tem um relacionamento amoroso e sexual satisfatório que traz felicidade? Explique.

- “Não tenho um relacionamento amoroso, ainda porque ainda não me predispus, tenho umas coisas na cabeça, sinto falta da companheira ela faleceu há pouco tempo. É

difícil, ainda olho a fotografia dela, linda...linda...enquanto minha esposa estava viva tive uma sexualidade muito ativa, a minha primeira relação sexual eu tinha 12 anos”.

11. Que fatores despertam sua sexualidade nesta fase da vida?

- “É o próprio desejo sexual que a pessoa tenha, isso é um dos fatores, outro é a aproximação de pessoas que nos despertam interesses íntimos, o facto da solidão, querer uma companheira, é diferente, a pessoa que vive só , durante o dia anda por ali , e depois à noite janta e fica aquele período de tempo ali sozinho olhando para a televisão e ali está uma pessoa sozinho é muito difícil neste aspecto, se nós tivermos alguém, pronto há conversas é completamente diferente”.

12. Considera que o facto de frequentar a Universidade Sénior poderá propiciar um encontro com um novo companheiro(a)?

- “Pode, estamos sempre em contactos com as pessoas, vamo-nos aproximando, vamos tendo alguns contactos , vamos falando e vendo se há um interesse da pessoa para pessoa, isso pode acontecer ou também não acontecer mas julgo que há essa possibilidade, ela existe. Já vi alguns casos de pessoas que se conheceram aqui na Universidade Sénior e que hoje vivem juntos”.

Sujeito 6

Data da entrevista: 26 / 06/ 2014

Indivíduo do sexo masculino, tem 68 anos é casado e tem dois filhos. Concluiu o curso secundário no ramo da construção civil . Nunca exerceu essa profissão mas trabalhou como topógrafo sendo funcionário público em Lisboa. Logo após sua reforma mudou sua residência para Beja cidade do baixo Alentejo passando a frequentar os cursos da Universidade Sénior junto com sua esposa com o propósito de manter-se em atividade mantendo uma educação continuada.

Sente uma grande paixão pela esposa que foi professora e hoje já reformada e, orgulho pelas filhas.

Sente que tem uma excelente saúde não toma nenhum medicamento procura mantê-la fazendo análise anualmente e exercícios físicos.

Gosta de viver no Alentejo, mantém uma vida saudável e fez muitos amigos.

O entrevistado respondeu as perguntas de forma espontânea, demonstrou estar com boa saúde e mantém projetos para um envelhecimento com qualidade.

1. O que é o envelhecer para o senhor(a)?

- “É o passar do tempo que nós vamos perdendo certas faculdades lentamente. Andar mais lentos, fazer as coisas mais lentas, não programamos mais muitas coisas ao mesmo tempo. No envelhecimento há uma programação mais detalhada, mais pensada, mais limitada, mas também depende da pessoa”.

2. Como está sendo o envelhecimento para o senhor(a)?

- “Sinto com mais maturidade, uma percepção mais aguçada. Sinto que meu envelhecimento está ótimo. Isto é como vinho do porto quanto mais velho melhor, se começar a pensar que estou velho e não consigo fazer isso ou aquilo, vou passar o resto da minha vida numa tortura, o importante é fazer acompanhamento médico para manter a saúde e fazer uma descida na minha vida , lenta....lenta...”.

3. O que é para o senhor(a) sexualidade e a atividade sexual?

- “A sexualidade é a relação entre o homem e a mulher , contribui para o bem estar, só não é bom para quem nunca provou”.

4. Considera que o processo de envelhecimento muda a percepção que a pessoa tem sobre a sexualidade?

- “Vai deixando de ser a quantidade e passa a ser a qualidade. Aumenta a qualidade, leva-se mais tempo, desfruta-se mais, quando se é mais novo é 4, 5 vezes, mais quantidade do que propriamente qualidade. Não é procurar outro parceiro. A virilidade não é como quando eu tinha 18 anos, vai decrescendo como é lógico. Quando se tem 40 anos não é a mesma coisa que quando se tem 60 , 70 anos. É como o carro, quando é novo anda quase voa, quando está velho também anda , não tem a mesma potencia mas não deixa de ser carro na mesma, não deixa de ter interesses mas frequência vai mais

lento, vai com menos frequência, com qualidade , com apetite, só que a é menor, continuamos a ser a mesma pessoa, com a mesma faculdade interesses e tudo”.

5. Em sua opinião, a pessoa idosa pode vivenciar melhor a sua sexualidade nesta fase da vida.

- “Vivência como a forma que eu digo, é com qualidade que a pessoa vai saboreando, isso é como comer uma peça de fruta, uma peça de fruta para ser bem saboreada tem que ser comida lentamente, porque se colocarmos na boca toda a fruta, come a fruta tão rápido que não vai saber nem o gosto. Provavelmente quando a pessoa tiver mais idade 80, 100 anos acaba com certeza vai se diminuindo lentamente não é uma coisa abrupta, vai diminuindo até ao fim da vida, também tem fatores que, há doenças que tem interferências com essa parte sexual, em questão de saúde normal tudo vai correndo naturalmente agora se a pessoa tiver uma saúde débil, é igual há alguns problemas que tem interferência nessa parte, se tiver preocupações psicológicas, com o corpo, por isso ou por aquilo, doenças como diabetes o coração que não pode fazer esforço. Tudo tem influência”.

6. Considera que na sua idade a capacidade de amar e de se relacionar emocionalmente mudou? Explique sua resposta.

- “Continua na mesma “.

7. Preocupa-se com sua sexualidade? Justifique a sua resposta.

- “Preocupo mas não posso exigir mais do que sou capaz”.

8. Em sua opinião, que fatores interferem (ou podem interferir) na manifestação da sua sexualidade?

- “Doenças, preocupações, um filho com problemas , o psicológico a imagem pode interferir. Por exemplo, se olhar as pernas da minha mulher isso não me diz nada, tem que ter o contacto, o carinho. Com a idade vai diminuindo”.

9. Acredita que as manifestações sexuais são melhores agora, ou na juventude? Explique.

- “Na vida tudo é uma questão de troca, interesses. Quando mais velho tem um jogo de interesse, ou pela beleza ou posição social e económica. O homem gosta de mostrar uma mulher jovem. Não é o meu caso, sou casado. Mas sempre há interesse. O homem não vai escolher uma mulher da mesma idade porque um tem que cuidar do outro’.

10. Atualmente tem um relacionamento amoroso e sexual satisfatório que traz felicidade? Explique.

- “Tenho, é como eu disse há bocado, não é uma questão que tem que ser, é ocasião, não é uma questão de programar, hoje tem que ser, amanhã tem que ser, pode ser dois dias seguidos como pode ser com uma semana de intervalos, por esse motivo ou aquele motivo, ver a esposa na casa de banho ou com a saia levantada, isso já passou, a situação já é diferente, é mais o carinho, o contacto até chegar ao finalmente. Acho importante para a saúde a convivência o bem estar do casal”.

- “Me faz sentir um bem estar geral, que faz melhorar a coluna ou que me abre o apetite é tranquilidade é o desfrutar o amor que existe entre ambos, vai se desfrutando. Isto tem que haver sempre uma chama, se não houver nenhuma chama, a chama não quer dizer que é só na parte sexual, porque é um interesse em tudo, até na própria vida, se não mantivermos um objetivo qualquer nós morremos envenenados, não é um morrer fisicamente mas é um morrer no sentimento, primeiro tem que haver um respeito, um interesse na vida do outro. Tem que ter interesse. Num casamento tem que ter um respeito mútuo para funcionar bem. Não se pode construir uma casa pelo telhado. Para a questão da sexualidade todos os fatores são importantes”.

11. Que fatores despertam sua sexualidade nesta fase da vida?

-“ Isso é um conjunto, é uma peça que é formada por vários conjuntos, desde uma carícia, desde um olhar, desde a forma física, desde tudo, desde inclusive do ambiente, temos que estar bem”.

12. Considera que o fato de frequentar a Universidade Sénior poderá propiciar um encontro com um novo companheiro(a)?

- “Sim, considero que seja um bom lugar, aqui temos muitos passeios , aulas, convivências. É ótimo lugar para quem está sozinho”.

Beja, 2014.